بنت النيل

ديسمبر ١٩٥٦
١٠ قروش



مصر كنانة الله فى أرضه

لقد كانت مصر منذ بداية العهود «كنانة الله فى أرضه» فلقد حباها بأروع ما خلق وحلاها بأبدع ما يتصوره الخيال ، فلقد عرفت مصر والتاريخ فى مهده بأنها منبع للمدنيات كلها وبأنها مصدر لكل مجد يتحدث عنه هذا التاريخ ويفخر به على مدى الأيام .

فاذا كانت مصر هى التى وضعت الحجر الأساسى لهذا التاريخ وهى التى شيدت جدران المدنيات كلها . . . فلا عجب اذا أن تطلع العالم اليها منذ بدايته . . راغبا فى التقرب اليها ثم السيطرة عليها .

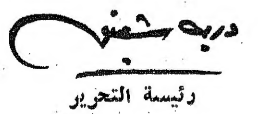
ولقد رأينا العالم بأجمعه وذلك طوال التاريخ ينظر الى مصر نظرة الاعجاب تارة ونظرة من يريد الوصول اليها تارة أخرى ، والتاريخ صريح وقسم منه ليس ببعيد عنا . . فقد رأينا فى بداية الأمر « الهكسوس » يغزون مصر لينعموا بما فيها من نعم . . ثم الفرس . ثم الاغريق . . وربما أهم ماشغل بال الاسكندر الاكبر فى محاولته السيطرة على العالم هى مصر وما تحتوى عليه مدنياتها من معان عديدة . ثم الرومان .

ثم جاء دور « العرب » ولكن غزو العرب لم يكن فيه أى قصد استعمارى للسيطرة على البلاد ، فلم يكن الغزو العربى الا لبث الدعوة ونشر الاسلام . . ثم جاء «الاتراك» والعهد العثمانى فى مصر . ثم رأينا نابليون حكمه فى ذلك حكم كل من أراد السيطرة على العالم يصل لغزو مصر . .

ثم جاء دور « الانجليز » فذاقت مصر ذل الاحتلال . وطال الكفاح الذى لم تكف عنه مصر يوما من الأيام حتى وصلت أخيرا الى استخلاص حريتها ونيل استقلالها والتخلص من السيطرة الاجنبية . ولكن لم تمض الا فترة قصيرة حتى تآمر الاستعمار من جديد يريد بمصر سوءا . فكانت هذه المؤامرة الدنيئة بالهجوم على مصر .

وقد هب الشعب كله نساء ورجالا يدفع هذا العدوان ويستبسل فى الدفاع عن أرض الوطن واشترك الشعب مع الجيش فى القتال .

وكان كفاح بور سعيد وبطولة وتفانى أبنائها فى الدفاع عنها مثلا رائعا من أمثلة البطولة النادرة فى تاريخ الامم . . ان هذا الكفاح وهذا التماسك القوى من أبناء مصر جميعا قد أثبت للعالم أن شعب مصر شعب لا يغلب وان مصر كنانة الله فى أرضه ومن أرادها بسوء قصمه الله . .



رئيسة التحرير



اعرفى الدنيا ...

جنبا الى جنب

فى أكثر من مكان فى هذا العدد من «بنت النيل» يرى القراء أن المرأة المصرية أثبتت عن جدارة أنها جديرة بأن تنال حقوقا كاملا الى جوار الرجل فى الحياة وأنها حقا نصف المجتمع الذى لا يتجزأ ودعامة قوية من دعامات الحياة الحرة الكريمة

نعم لقد بادرت المرأة المصرية كدابها فى كل حدث هام يمر بهذا البلد نقول لقد بادرت المرأة المصرية بأخذ مكانها فى الدفاع عن أرض الوطن الغالى فتمرنت على حمل السلاح والوقوف الى جنبا الى جنب مع الجيش المكافح ومع أبناء الشعب تذود عن حياض الوطن كل عدوان وترد كل معتد يريد الشر ببلادنا .

ولم تكتف بهذا الجهد الجبار بل طالبت أخيرا بعض فتياتنا بأن يعملن كالرجال سواء بسواء فى اعداد الذخيرة وتعبئتها وفوق هذا وذاك فان نساء بور سعيد ضربن مثلا عاليا فى بطولة المرأة المصرية وكن قذى فى أعين الاعداء وأتين من ضروب البسالة وأبعد من قبيل المعجزات فقد وقفن يقاومن والرصاص ينهال عليهن من كل جانب من فوقهن ومن حولهن ومع ذلك فقد أنزلن بالعدو أفدح الخسائر وأشد النكبات مما يعد بحق فخارا للمرأة المصرية فى ميادين الفخار العالمى

وانه لنصر للمرأة المصرية أن تسجل بدمائها وكفاحها وجهادها هذه الصفحات المشرقة فى تاريخ الوطن وان تكون فى المعركة جنبا الى جنب مع شقيقها فى الكفاح والجهاد .

بنت النيل

١ ـ كان الاعتداء الغاشم الذى شنته القوات الاسرائيلية البريطانية الفرنسية على مصر يوم ٢٩ أكتوبر الماضى خطة مدبرة ضد مصر وحريتها .

ودون سابق انذار دخلت القوات الاسرائيلية أرض مصر فى صحراء سينا وسارع الجيش المصرى الباسل يرد هذا العدوان الغادر واتخذ مواقعه وسيطر على الموقف سيطرة كاملة .

ولكن ما كاد الجيش يواصل عملياته حتى وجهت بريطانيا وفرنسا انذارا لمصر واسرائيل معا ـ وان كان الانذار فى الحقيقة المقصود به مصر وحدها ـ وكان هذا الانذار يطلب من المتحاربين أن يبتعدوا عشرة أميال عن القناة وأن الدولتين رأتا احتلال مواقع مصرية هى بور سعيد والاسماعيلية والسويس للمحافظة على حرية الملاحة فى القناة وان لم يوافق الطرفان على قبول هذا الانذار فى ظرف ١٢ ساعة فان الدولتين ستحتلان هذه المواقع بالقوة .

٢ ـ ورفضت مصر طبعا هذا الانذار العجيب الذى يطلب من دولة مستقلة التسليم للغير باحتلال جزء من أراضيها وقالت مصر أنها ستدافع عن كل شبر من أراضيها ولن تسمح لأى قوة أن تنزل قواتها فى مصر .

٣ ـ وأرسلت مصر شكوى عاجلة الى مجلس الامن والامم المتحدة مطالبة ببحث الامر ومنع هاتين الدولتين من اعتدائهما على استقلال مصر .

٤ ـ ولكن هاتين الدولتين لم تلقيا بالا الى الرأى العالمى ولم تحفلا بالشرف ولا برعاية حقوق الدول وفجأة أخذت طائراتهما تضرب مطاراتنا داخل القاهرة والاسكندرية وتضرب أهدافنا العسكرية حتى الاذاعة المصرية اعتبرتها القوات المعتدية هدفا عسكريا .

واصاب المدنيين من هذه الغارات خسائر كثيرة فى الارواح والممتلكات وهدمت مساجد وكنائس من جراء هذه الغارات الغاشمة .

٥ ـ وأدركت مصر أن هدف الدولتين المعتديتين هو عزل القوات المصرية فى صحراء سينا فصدرت الاوامر الى الجيش المحارب فى سينا بالانسحاب الى غرب القناة ونجحت الخطة ولم يتمكن العدو من عزل جيشنا فى الصحراء .

٦ ـ ولما أراد العدو انزال قواته فى بورسعيد ولقى مقاومة لا مثيل لها فقد قاتل أهالى بورسعيد مع الجيش والبوليس وصمدوا لقواته صمودا عنيدا وأبادوا جنود المظلات التى ألقى بها العدو فى المعركة مرة بعد أخرى وكان كفاح بورسعيد الباسلة مضرب الامثال فى كل أنحاء العالم .

٧ ـ وقد وضح جليا من كل خطوات العدوان أن العدو كان قد دبر مؤامرة لاحتلال مصر من جديد ولكنه باء بالفشل .

٨ ـ أرغم العدو على وقف اطلاق النار بقرار من الامم المتحدة وبالانذار من الاتحاد السوفيتى وببطولة مصر .

٩ ـ وبالرغم من قرار الامم المتحدة بضرورة الجلاء فورا عن أرض مصر فان العدو ما زال يتلكأ ولكنه سيجلو حتى عن أرضه .

١٠ ـ وقد أظهر الاعتداء مدى ما يكنه العالم لمصر من حب فقد وقف العالم الى جوارها وأعلنت معظم الشعوب فى العالم رغبتهم فى التطوع للدفاع عن مصر



آخر اختراع لتحريم الجيران من النظر من ثقب الحوائط

أخبار غريبة

• رفضت مصر قبول قوات فى البوليس الدولى من نيوزيلاندا

• أذاع راديو موسكو يوم الاثنين الماضى أن الجمعية الجغرافية بلننجراد قررت فى اجتماعها ان مصر هى مالكة القناة وقد أظهرت قدرتها على ادارتها وهى وحدها التى تستطيع أن تقرر مصيرها فقد بناها المصريون بسواعدهم ويجب أن تكون لهم ·

• قامت مظاهرات عنيفة بالعراق وحدث اشتباك بين المتظـــاهرين والبوليس أدى الى اصابة ٨٠ شخصا بجروح مختلفة ، كما تم اعتقال عدة اشخاص ·

• حدث انفجار هائل فى أنابيب البترول التابعة لشركة بترول العراق بالقرب من بلدة العبودية فى لبنان قرب الحدود السورية عند مدينـة حمص

• يزور شرى جواهر لال نهرو أمريكا خلال هذا الشهر وستجرى بينه وبين الرئيس ايزنهاور مباحثات تستمر من ١٦ الى ٢٠ ديسمبر ·

• طالب المؤتمر البرلمانى الدولى فى قراراته التى أصدرها بحظر انتاج وتجربة الاسلحة الذرية وكان هذا القرار بالاجماع ، ومما يذكر ان هذا المؤتمر يضم ممثلين لجميع الدول شيوعية وغير شيوعية ·

• رفضت قيادة العـــدو فى بور سعيد السماح للصحفيين الذين يحملون بطاقة الامم المتحدة الدخول الى بور سعيد

• قالت جريدة « ديلى هرالد » العمالية البريطانية ان فرنسا برغم قرار سحب القوات من بور سعيد ترسل دبابات الى هذه المنطقة وقـد نفى المتحدث الرسمى لوزارة الدفاع الفرنسية هذا الخبر ·

• ضبطت فى مدينة المكسيك أسلحة فى مخابىء قيل انه كان فى النية استخدامها فى احداث ثورة فى كوبا وقد اعتقـــل ثلاثة من الكوبيين حامت حولهم الشبهات ·

• قرر السيد مجدى حسنين عضو مجلس الادارة المنتدب لمديرية التحرير أن تتبنى أسرة المديرية كل الاطفال الذين استشهد ذووهم فى الاعتداء الاخير على أراضينا بشرط ألا يزيد سنهم عن ١٥ عاما ·

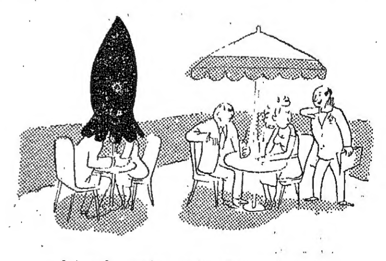
• قدرت الاعانات التى تصرفها وزارة الشئون الاجتماعية للمهاجرين من اهالى بورسعيد بنحو ســـتة آلاف جنيه يوميا وذلك عدا الاعانات العينية التى تقدمها لهم الهيئـــات المختلفة ·

• أعلنت وزارة النقل اليابانية انها لن تدفع رسوم المرور من قناة السويس الا لمصر ·

• خفضت المصانع البريطانيـــة عدد ساعات العمل فيها بسبب النقص الملاحظ فى البترول نتيجة لتوقف الملاحة فى القناة نتيجة للعـــدوان الفرنسى البريطانى على مصر ·

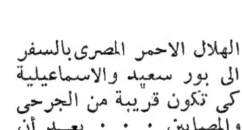
• أعلن ناطق عسكرى سورى ان السلطات السورية العسكرية وضعت يدها على شحنات كبيرة من الاسلحة الحربية الخطيرة أثناء محاولة نقلها من بلد عربى مجاور الى سوريا ·

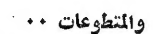
• خطب رئيس وزراء فرنسا فى اجتماع عقده الحـــزب الاشتراكى حاول فيه تبرير الاعتداء الغاشم للجيوش البريطانية والفرنسية



الجرسون ـ دول جايين يمضوا شهر العسل

المرأة فى الحياة الاجتماعية





لم تكن الحياة الاجتماعية للمرأة خلال الشهر الماضى حياة حفلات وصالونات واجتماعات كما هو الحال فى الاوقات العادية فهذه الحياة اختفت تماما فى الشهر الماضى ولم يعد لها وجود وحل محلها نشاط من نوع آخر هو نشاط المرأة فى معركتنا الكبرى التى اسهمت فيها المرأة المصرية بنصيب كبير فعال .

فقد استطاعت المرأة المصرية فى هذه الايام من عمر معركتنا الكبرى أن تثبت أنها قوية وانها تستطيع ان تقف فى الصف الاول مع الرجل سواء بسواء تلبية لنداء الوطن والوقوف أمام العدوان الغادر الذى شنه الاعداء على البلاد .

ومما يسجل بالفخار للمصريات عموما بطولة نساء بورسعيد الباسلة التى كان لنسائها دور كبير فى محاربة الاعداء بكل وسيلة ممكنة .. فقد قاتلن مع الرجال ..

فى الهلال الأحمر ..

وبعيدا عن أضواء المجتمع .. التى خبت هذه الايام . تشع أضواء من قلوب سيداتنا جميعا .. اذ يعملن طوال الليل .. والنهار .. كل فى ميدانه .. ففى جمعية الهلال الاحمر المصرى .. فتحت ابوابها للمتطوعات لتدريس الاسعاف والتمريض واغاثة الجرحى ..

وكان الاقبال على القيام بهذا الواجب الانسانى النبيل منقطع النظير ..

التطوع .. بالدم ..

أما مراكز نقل الدم التابعة للهلال الاحمر . . فكانت تعمل ليلا ونهارا .. حتى تتمكن من استقبال هذا العدد الهائل الذى توافد عليها للتبرع بدمه سيارات « كاديلاك » ينزل راكبوها ليتبرعوا بدمائهم وفقراء يذهبون على اقدامهم ليؤدوا واجبهم النبيل . . فنانات وفنانون لا يكادون ينتهون من تسجيل أناشيدهم الوطنية .. حتى يسرعوا الى مراكز نقل الدم .. أطفال حضروا وبكوا . . لرفض طلبهم لصغر سنهم ..

ان مصر قد استيقظت .. ولن تستكين بعد اليوم ..

فى بور سعيد

وصرح أخيرا للسيدة جنان الشواربى رئيسة سيدات الهلال الاحمر المصرى بالسفر الى بور سعيد والاسماعيلية كى تكون قريبة من الجرحى والمصابين . . . بعد أن أرسلت برقية عاجلة الى جنيف . . حيث المقر الرئيسى لجمعية الصليب الاحمر العالمية . . احتجت فيها بشدة على منع بعثة الهلال الاحمر المكونة برئاسة السيدة عليه الفار من دخول بور سعيد . . واستنكرت فيها أيضا .. غارات العدو على المدنيين .. !

وفى الاسماعيلية ..

فى الاسماعيلية الان بعثة من الهلال الاحمر مكونة من السيدات زهرة رجب وبهية بدر الدين وتحية كاريوكا للاشراف على المستشفيات واستقبال العائدين من سيناء .

والمتطوعات ..

تم امتحان اربعمائة وخمسين فتاة . . اكملن دراستهن فى فن التمريض بالهلال الاحمر . . وسيتم توزيعهن على المستشفيات للتدريب عمليا فى الخدمة

خمسة آلاف ثوب

وفى جمعية المرأة الجديدة .. قامت الاعضاء تحت اشراف السيدة هدية بركات والسيدة امينة صدقى ، بخياطة حوالى خمسة آلاف ثوب كستور . . وقد استطاعت بعض سيدات الجمعية .. ان ينتهين من خياطة اربعين ثوبا فى اليوم الواحد . . حيث يحضرن الى المصنع فى الساعة الثامنة صباحا .. ولا يعدن الى بيوتهن الا فى التاسعة مساء ..



السيدة نفيسة الغمراوى

السيدة اعتماد الطرابلسى



السيدة ناهد نافع



السيدة فايزة الطرابلسى



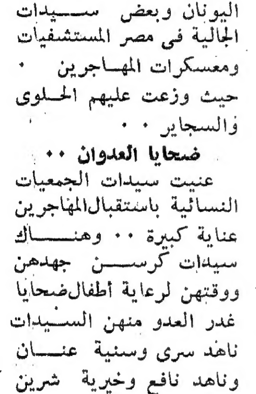
السيدة ناهد سرى



السيدة هدية بركات



السيدة امينة صدقى



السيدة عزيزة شكرى

ورعاية المهاجرين ..

أما سيدات مبرة محمد على وتحسين الصحة فقد اشرفن على راحة المهاجرين من بور سعيد .. في مديريات الدقهلية والغربية والشرقية .. وسهرن الليالى فى اعداد المعسكرات معوزارة الشئون الاجتماعية لايواء واطعام ستين ألف مهاجر من النساء والأطفال والشيوخ ..

فتاة اليوم ..

فتاة اليوم صنعتهاظروفنا الحاضرة . لقد اصبحت جزءا من تاريخ مصر الحديث .. انها فتاة الجامعة التىترتدى الملابس العسكرية وتدخل معسكر التدريب لتتدرب على حمل السلاح وأعمال الحرس الوطنى .

فقد تخرج فوج جديد من أفراد الكتيبة النسائية من طالبات معهد التربية الرياضية وطالبات الجامعات باشراف السيدة نفيسة الغمراوى .

شهداء القنال ..

وتتزعم حركة جمع التبرعات لشهداء القنال وتسليح الجيش ، السيدة نسيمة حرم السيد حسين سراج سفير الاردن السابق فى مصروالسيدة حرمالسيد وديع فرج والآنسة مديحة المدفعى وعددكبير منسيدات المجتمع ومئات من طالبات الجامعات ..

والجدير بالذكر أنالسيدة نسيمة تركت وراءها فى بيتها سبعة أطفال صغار . فى سبيل التطوع للعمل الانسانى الذى تقوم به الآن ..

وتتحمس الانسة مديحة المدفعى وهى اردنية تدرس الصحافة فى مصر فتقول : انها تعمل بدافع وطنيتها العربية .. فان قضية مصر هى قضية العرب ..

أم صابر ..

ذكر بعض الصحفيين الاجانب الذين زاروا مصر فى هذه الايام .. انهم كانوا يرون الشهيدة «أم صابر» في كل فتاة مصرية تلبس « الاوفراول » وتحمل السلاح .. وقد رأوا أيضا أن فى مصر آلافا من أم صابر » وان هذه الشهيدة لم تمت .. وانما تعيش فى كل بيت مصرى.

شعور .. كريم ..

تبرعت السيدة عقيلة سفير اندونسيا فى مصر بدمائها .. رغم انها حامل فى شهورها الاولى .. كما تبرع السيدقرينها وموظفو السفارة بدمائهم لمصر الشقيقة ..

كما زارت عقيلة سفير اليونان وبعض سيدات الجالية فى مصر المستشفيات ومعسكرات المهاجرين . حيث وزعت عليهم الحلوى والسجاير ..

ضحايا العدوان ..

عنيت سيدات الجمعيات النسائية باستقبال المهاجرين عناية كبيرة .. وهناك سيدات كرسن جهدهن ووقتهن لرعاية أطفال ضحايا غدر العدو منهن السيدات ناهد سرى وسنية عنان وناهد نافع وخيرية شرين وآمال سليم المحامية



متطوعات جامعيات فى كتائب التحرير ..





الآنسة آمال سليم



السيدة صفية المهندس



السيدة بديعة الرفاعى

مسز كيم نوفاك

بالحلى .. والمصاغ

تبرعت السيدة اعتماد الطرابلسى وشقيقتها فايزة . بما يملكن من « حلى ومصاغ » لتسليح جيش مصر .

وقد قوبل هذا التبرع الكريم بالتقدير والثناء ..

مصـــر ..

احتفل احد معسكرات المهاجرين بمديرية الشرقية فى الاسبوع الماضى «بسبوع» مولد طفلة لاحدى سيدات بور سعيد .. وقد سميت الطفلة « مصـــر » ..

صوت مصــر ..

نشطت أذاعتنا المصرية . الايام الماضية كان الرجل . والمرأة على السواء . يعملون ليل .. نهار .. عقول تفكر وتنتج بسرعة فائقـــة .. المذيعون .. والمذيعات .. لم يناموا .. ولم يرتاحـوا ساعات وأياما طويلة تبادلوا فيها العمل ووقفوا صامدين .. صوت مصر .. لن يسكت نحى السيدات تماضر توفيق وصفية المهندس وبديعــة الرفاعى وعواطف البدرى وهمت مصطفى .. وابطال أذاعتنا المصرية ..

نرفض مساعدة أعدائنا

من أنباء هوليوود الاخيرة . أن كوكب السينمـــا « كيم نوفاك » قد امتنعت عن القيام بحملة دعاية لجمع المساعدات للدولة الصهيونية المزعومة ..

وقد هددها السينمائيون هناك بوقف التعاون معها ان لم تلبى هذا النداء ..!

حنين الى الوطن

ينتظر أن تعود الى القاهرة فى خلال هذا الشهر السيدة عزيزة شكرى قرينة الدكتور احمد حسين سفير مصر فى امريكا .. لقضاء ايام فى مصر بين اسرتها .. تعـود بعدها الى واشنطن ..

مصريات .. فاضلات

تطوعت بعض السيدات لتدريس اللغتين الانجليزية والفرنسية بالمدارس . بدلا من المدرسين والمدرسات من رعايا انجلترا وفرنسا . . نذكر منهن السيدات حـرم الدكتور محمد عرفة وحرم الدكتور قاسم عبد الخالق وحرم الدكتور طه جمعـه وحرم الدكتور احمد رياض . وكلهن أمهات، وربات بيوت . وكلهن مصريات فاضلات .

مولودة أباظية

وضعت السيدة حـــرم السيد ايهاب اباظه مولودة اسماها « قمر » واشرف على عملية الوضـــع والد الزوج الدكتور حسين أباظه .

● عقد قران الآنســـة عفاف كريمة السيد حســـين عزيز وكيل وزارة الخارجية . على الاستاذ حسين العطـار وهو من خريجى كلية تجارة جامعة القاهرة .

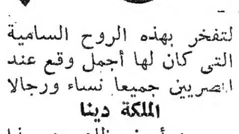
● كما عقد قران الآنسة نوال الجمل المشرفة على تعليم التطريز فى مديرية التحرير على زميلها الاستاذ عثمـــان البيلى المشرف بمكتب الثقافة والارشاد .

● وعقد قران الآنســـة منى كريمة السيد على علوبة على الاستاذ محمد احمد عبد الوهاب نجل المرحوم احمد عبد الوهاب وزير الماليـــة الاسبق .. وهو من طلبة كلية تجارة جامعة القاهرة .



سيدة جريحة .. من ضحايا الغدر الغاشم ..

نساء من الشرق



كان الشعور الفياض الذى أظهرته نساء الشرق نحو مصر شعورا يعجز عنه الوصف بل كان شعورا يحمل فى طياته أكثر من معنى كان شعورا يعلن فى صراحة أن المرأة الشرقية تحس باحساسات شقيقتها المصرية وتتألم من أجلها وتعمل الى جوارها ما استطاعت الى ذلك سبيلا .

وان هذا الشعور الكريم وهذا الاحساس الذى بدا فى صور وأشكال متباينة من تطوع لمواساة المرضى وخدمة الجرحى وتبرع بالدم وتقديم أى معونة مستطاعة وأخيرا بهذا الموقف الرائع بتأييد مصر أقول ان هذا الشعور دليل على مدى ما تكنه المرأة الشرقية لمصر من محبة واعزاز وان مصر لتفخر بهذه الروح السامية التى كان لها أجمل وقع عند المصريين جميعا نساء ورجالا

الملكة دينا

ومن أبرز مظاهر هذا العطف الكامل أنه لم يقتصر على طائفة دون أخرى أو على طبقة دون طبقة بل شمل الجميع واشترك فيه الجميع

فقد تطوعت الملكة دينا فى الهلال الاحمر للتمرن على أعمال التمريض وتضميد الجراح ومواساة المرضى .

وتحرص جلالتها على أداء تمريناتها بسرعة لتستأنف نشاطها فى هذا المضمار .

حرم سفير أندونيسيا

وما كاد النداء يوجه الى التطوع وبذل الدم حتى كانت عقيلة سفير اندونيسيا فى مصر فى مقدمة المتطوعين تجود بدمها مساهمة منها فى تقديم الدم لابناء الشقيقة مصر .

التبرعات والهيئات

أما التبرعات والهيئات فان التسابق فيها يعد بحق مظهرا من مظاهر الفخار لنساء الشرق وتقديرهن لرابطة الاخوة لمصر والشعور بآلامها .

الاميرة عائشة

وصلت الاميرة عائشة كريمة السلطان محمد الخامس سلطان مراكش الى نيويورك فى الشهر الماضى مع شقيقها الامير الحسن لزيارة أمريكا ومشاهدة معالمها .

ومما يذكر أن هذه أول مرة تزور فيها الاميرة عائشة أمريكا .

وفى حديث صحفى لها قالت ان المرأة المراكشية قد خطت الى الامام عدة مراحل وأن أول عمل قامت به المرأة هناك فى طريق النهضة هو خلع النقاب عنها .

وقالت ان المرأة المراكشية نزلت الى ميدان الحياة العامة وهناك جمعيات نسائية تقوم فيها بنشاط ظاهر ملموس .

وقالت ان المرأة فى مراكش تحظى بقسط وافر من التعليم وان كثيرات من فتيات مراكش يواصلن تعليمهن فى الجامعات الاوربية

خطبة الاميرة شاهناز

أعلن رسميا فى طهران نبأ خطوبة الأميرة شاهناز كريمة امبراطور ايران على الياور الخاص للامبراطور وهو نجل الجنرال زاهدى رئيس الحكومة الاسبق فى طهران .

وقد حفل القصر الامبراطورى بالمهنئين من مختلف الهيئات من الرسميين وغيرهم .

وان كان لم يعلن بعد عن موعد عقد القران الا أن النية تتجه الى تحديد موعده فى خلال الشهرين القادمين .

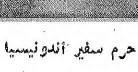


الاميرة شاهناز



الاميرة عائشة





حرم سفير أندونيسيا



الملكة دينا .. تطوعت لاسعاف الجرحى ..

مدارسنا فى خدمة الوطن





المدارس كخلايا النحل الجميع يعمل فيها ليل نهار لاعداد الملابس والاغطية للمجاهدين ببور سعيد وهذه فرقة كاملة من المدرسات يقمن بتفصيل الملابس ..

ان كل مدارس البنات فى مصر قد تحولت الى معسكرات للتدريب على حمل السلاح وتدريس فن التمريض والاسعاف واعداد الملابس .. ان جميع من فيها يضحى ويبذل .. الكل يريد أن يساهم فى المعركة المتطوعات يعملن ليل نهار .. لقد أصبحت هذه المدارس خلايا نحل ...



المتطوعات يعددن الطعام لأبناء بور سعيد ..

بطولة الفتاة المصرية

لقد دخلت « بنت النيل » الى هذه المدارس وعاشت مع بطلاتها من المتطوعات واستمعت الى عشرات القصص كلها تروى عن التضحية والجهاد .. لقد شهدت «بنت النيل » الفتاة المصرية وهى تحمل السلاح فى قوة واصرار . وشهدتها وهى تتلقى دروس التمريض والاسعاف فى اقبال واهتمام

.. وأخيرا شاهدتها وهى تعد الملابس والاغطية والضمادات للمكافحين من أبناء هذا الوطن .

الديمقراطية تسود الصفوف

لقد كانت الديمقراطية تسود الصفوف . فانعدمت تماما الفروق والطبقات بين طوابير الكفاح .. الموظفة بجانب العاملة .. التلميذة بجانب المدرسة .. الناظرة بجانب الفراشة .. فتاة المجتمع التى تحرص على مظهرها .. خلعت ملابسها الانيقة وأزالت كل آثار التواليت وارتدت ملابس الفدائيين وخرجت الى الشارع وصعدت الى المنازل

تجمع التبرعات لابناء بور سعيد الابطال ..

لقد ضمت الصفوف أسرا بأكملها .. الاولاد يعملون بجانب أمهم .. الجدة تكافح جنبا الى جنب مع حفيدتها .. الكل يعمل من أجل هدف واحد ومن أجل غاية واحدة ..

قصة بطلة ..

لقد كان من بين المتطوعات عشرات المكافحات الفقيرات . ضحين بالقروش الضئيلة التى يكسبنها يوميا وانضممن الى معسكرات التحرير ليعملن ويبذلن دون مقابل ..

فهذه السيدة التى تجلس أمام ماكينة الخياطة .. لقد تركت أطفالها فى المنزل وجلست تفصل الملابس لاخوانها وأخواتها الذين فقدوا كل شىء فى المعركة .. ان لهذه السيدة قصة بطولة . ان اسمها فردوس محمد موسى الطهراوى .. تسكن مع عائلتها فى زقاق ضيق بالجيزة .. صناعتها خياطة تعتمد فى حياتها على ماكينة الخياطة اليد التى اشترتها بعد عناء كبير بالقروش القليلة التى جمعتها .. ان الايراد الذى تجمعه من خياطة الملابس لايتجاوز الثلاثة جنيهات شهريا .. عليها أن تنفق منها على أولادها الخمسة الذين تركهم لها زوجها وتزوج من أخرى .. وعليها أن تقتطع منه أيضا جنيها كل شهر لايجار الحجرة التى تقيم فيها .. وشىء آخر .. والدتها التى حضرت من قريتها فى أقصى الصعيد لتزورها عليها أن تطعمها ..

ساهمت فى المعركة ..

لقد أرادت فردوس أن تساهم فى المعركة .. فانضمت الى معسكر مدرسة الاورمان الفنية لتعد الملابس والضمادات والاغطية لجنود الوطن .. وضحت فردوس من أجل هؤلاء بالجنيهات الثلاثة .. انها غير آسفة على مافقدته .. لقد قالت .. ان رزقى ورزق أولادى على الله .. اننى لم أفكر حتى هذه اللحظة فى المصدر الذى سيمدنهم بالحياة ... كل ما أفكر فيه هو عملى الذى أقدمه من أجل هذا الوطن ..

وهذا الكهل الشجاع

وهذا الكهل الذى يجلس فى ركن احدى الغرف فى معسكر الاورمان .. أنه الاوسطى محمد درويش حسن .. لقد قدم نفسه الى المعسكر بعد أن أعلنت التعبئة العامة مباشرة .. لقد استطاع أن يقنع القائمات على المعسكر بقبوله عضوا فى أسرتهن .. فانه كوالد لهن لا ضرر من وجوده بينهن . لقد دفع الاوسطى درويش بولديه فى الميدان . لم يرض أن يظل خاملا . ان صناعته الملابس البلدية لاهل حيه



كهل لم يستطع حمل السلاح فساهم فى المعركة باعداد الملابس للمجاهدين ..



تبرعات ومساعدات للمجاهدين

من أبناء البلد .. لقد أغلق محله الصغير وتطوع فى المعسكر .. ان الاوسطى درويش يبلغ من العمر ٧٠ عاما وبالرغم من ذلك فانه يعمل فى قوة شباب العشرين .. لقد قال ... والله لو كنت أملك جلبابا غير التى ارتديها لتبرعت بها لاهلى من أبناء وطنى . هذا الرجل الكهل .. ان هناك الآلاف مثل الاسطى درويش على استعداد أن يضحوا بكل شىء فى سبيل مصر ..

فى الاقسام المختلفة

وطافت « بنت النيل » بالاقسام المختلفة فى هذه المعسكرات .. ففى قسم التمريض والاسعاف جلست الفتيات والسيدات يستمعن الى شرح طبيب .. ويطبقن ما يقوله عمليا .. وفى قسم التفصيل كانت المتطوعات تحول الاقمشة الخام فى ساعات قليلة الى ملابس أنيقة .. وفى قسم آخر شاهدت « بنت النيل » المتطوعه المصريه تتعلم اعداد الطعام والتدبير حتى يمكنها السهر على ضحايا الحرب والعناية بهم ..

المتطوعات يحملن السلاح

وعاشت « بنت النيل » أيضا ساعات طويلة مع المتطوعات وهن يتدربن على القتال .. كن يستعملن السلاح فى مهارة وقوة .. كن يقمن بالتكتيكات العنيفة وتسلق الاسوار والاسلاك الشائكة وقفز الحواجز .. لقد رأت الفتاة المصرية وهى تتعلم وسائل الانقضاض على العدو واقتناصه .

سمير عبد القادر



يعملن لاعداد اللازم للجرحى

مسابقات هدايا « بنت النيل »
تأجيل اعلان نتائجها الى الشهر القادم

كانت « بنت النيل » قد أعلنت فى عدد الشهر الماضى عن مسابقات للقارئات ورصدت لها ثلاث جوائز هى :

الجائزة الأولى : مطبخ ايديال قيمته ١٠٠ جنيه ..

الجائزة الثانية : راديو صوت سيدة ٥ لمبات ..

الجائزة الثالثة : ٣٠ زوج جوارب نايلون

ولكن نظرا للظروف الحاضرة رأت ادارة المجلة ارجاء اعلان نتائج هذه المسابقات الى الشهر القادم مع قصر المسابقة على الذين اشتركوا فيها وأرسلوا ردودهم فى الموعد الذى حددته المجلة ..

وعلى القارئات أن يترقبن نتائج المسابقة فى عدد يناير المقبل ان شاء الله .



مشكلة العقم عند الرجال والنساء

لطبيب بنت النيل

لماذا نكافح العقم عند النساء حالة كوننا نهتم في نفس الوقت بتحديد النسل

ان الجواب على هذا السؤال سهل للغاية ، ان بعض الاسر سريعة النسل بحيث تنجب طفلا في كل سنة على الرغم من ضيق ميزانيتها في حين أن أسرا أخرى تشكو عدم الانجاب اطلاقا .

ودلت الاحصاءات التي قامت بها الهيئة الصحية العالمية على أن اسرة واحدة على كل خمس أسر تشكو العقم وان سبعا في المائة من النساء لاينجبن .

وتدل الاحصاءات أيضا على أن نسبة الانتحار والطلاق مرتفعة في الاسر التي لم تنجب أطفالا .

ويؤكد علماء النفس أن العقم يسبب اضطرابا عصبيا ويجعل المرأة تنظر الى الحياة بمنظار أسود ، انه يجعلها تشعر بالوحدة ويضعف عندها الشعور بالامن ، ذلك الشعور الذي لايمكن ان يستغنى عنه الانسان .

ويبدو أن التبني لا يحل المشكلة حلا كافيا ، ذلك ان عدد الاسر التي ترغب في التبني أكبر بكثير من عدد الاطفال الذين يمكن تبنيهم يضاف الى ذلك أن عددا كبيرا من الاسر يري ـ وهذا صحيح ـ أن التبني يختلف تمام الاختلاف عن الانجاب .

وقام الاطباء منذ عشر سنوات بدراسة أحوال مائة أسرة عاقرة ، فتبين أن خمسة وعشرين من هؤلاء ، بعدعلاج مناسب ، يستطيعون الانجاب .

ويقول الاطباء اليوم ان هذه النسبة ارتفعت الى ٣٥ و٤٠ ٪ وان بعض النساء أنجبن بعد عشر سنوات وخمس عشرة سنة .

وفي المؤتمر الذي عقد في نابولي قدم الاطباء الاخصائيون في أمراض النساء ابحاثهم في هذا الموضوع الخطير

وقيل في هذا المؤتمر العلمي ان من الخطأ الزعم أن المرأة وحدها هي المسئولة عن عدم الانجاب ، فقد تبين من فحص مائة حالة أن ثلاثين منها سببها المرأة وثلاثين أخرى سببها الرجل ، وان الاربعين الباقية سببها الزوج والزوجة مجتمعين ، فالعقم ليس اذن عقم المرأة وحدها بل عقم الزوجين .

وعلى الزوجين اللذين لم ينجبا أطفالا أن يتوجها معا الى الاخصائي وسوف يتبين من الفحص الاسباب التي أدت الى هذا العقم .

ويبدأ الطبيب بالعودة الى الماضي ماهي السوابق العائلية لكل من الزوجين ؟ بأي أمراض أصيبا ؟ هل هما متفاهمان بما فيه الكفاية فقد تبين أن عند بعض النساء لايتوقف العقم على أسباب عضوية ، بل على أسباب عاطفية ، فهناك ما يسمونه العقم نتيجة لمرض عقلي .

وعلى الطبيب بعد ذلك ان يوجه الى الزوجين أسئلة سيكولوجية فقد ظهر أن الخوف من عدم الانجاب يسبب العقم عند الزوجين يؤكد ذلك قصة الزوجين اللذين اضطرا الى تبني طفل بعد ان يئسا من الانجاب ، ولكن بعد سنة من هذا الاجراء حملت الزوجة وأنجبت طفلا ممتلئا صحة وعافية .

ويهتم الطبيب المعالج بحياة الزوجين الاجتماعية ، هل يدخنان كثيرا ، هل يتعاطيان الخمر؟ هل نومهما كاف؟ ماهو نظامهما الغذائي؟ ان جميع هذه العناصر قد يكون لها دخل في عدم الانجاب .

يأتي بعد ذلك فحص الزوجة ، فمرض السكر والسل يؤثران في خصوبة المرأة ، ومما يذكر ان نساء أصبن بالعقم لانهن يتناولن كمية كبيرة من زيت كبد الحوت (زيت السمك) الذي يعطل مفعول فيتامين الاخصاب .

ثم يأتي بعد ذلك الفحص الطبي بكل معنى الكلمة وهو فحص يجب أن يجرى في شيء كثير جدا من الدقة

أما الزوج فان اسباب العقم عنده تعود الى السن ، اذ تضعف قدرته الاخصائية ابتداء من الخامسة والاربعين ويأتي بعد ذلك مرض ابو كعيب ، والارهاق والتعب ، وممارسة الالعاب الرياضية في شيء كثير من المبالغة وقلة النوم ، والدخان ، والخمر ، وبعض العقاقير كالسولفانامايد ، ونقص بعض الفيتامينات وبعض الاملاح المعدنية .

والسبب الرئيسي هو بلا شك ضعف درجة الاخصاب ويمكن الكشف عنها بالميكرسكوب أو التحليل .

ويأتي بعد ذلك سبب غاية في الاهمية ، وهو يعود في هذه المرة الى الزوجين مجتمعين فقد تبين أن تنافر الخلايا الذكرية والخلايا الانثية يؤدي الى العقم ولا بد في هذه الحالة من اجراء علاج سريع مناسب يؤدي الى الانسجام التام بين الخلايا .

وهكذا نرى ان الحمل عملية معقدة للغاية وان لحدوثه يجب أن تتوافر شروط كثيرة والا فان العقم يأتي سريعا

ساعد الطبيب

اذا كان الطب في تقدم فعلي ، فانه يدين بذلك لاكتشاف مناجم علاج ومعالجات جديدة من ناحية وتكتيكية متقدمة في التشخص الطبي من ناحية أخرى .

ويعتبر التشخيص أساس العملية الطبية ، حتى يستحيل وجود علم طب صحيح بدون تشخيص دقيق ، كذلك ترجع قيمة الطبيب قبل كل شيء الى دقة تشخيصه .

ما هي الوسائل التي في متناول الطبيب لوضع تشخيصه هذا ؟

انها من نوعين : بعضها من النوع البسيط ، وهي عبارة عن الفحص الاكلينكي المباشر ، أي البحث عن العوارض في سرير المريض نفسه ، والبعض الآخر الاكثر تعقدا الذي يلجأ الى

بوسائل تكنيكية معينة ، وهى الفحوص المكملة التى نسمى بما يشبه الاكلينيكية

أما العوارض ، فهى الظواهر التى يشكو منها المريض والتى فى استطاعة كل طبيب ماهر أن يكشف عنها بمجرد الملاحظة .

ان الاطباء حتى القرن التاسع عشر لم يكن لديهم ، كوسيلة للعلاج ، الا أن يلجأوا للعوارض المرضية . ويكتشف التشخيص ذى الظواهر الجسمية هو « لا ئينيك » بفضل كتابه « بحث فى الفحص » الذى ظهر عام ١٨١٩ . وبعد هذا التاريخ لم يكشف عالم عن اعداد الطب بما ساعد على تطوره .

على المريض ، كي يفيد لاقصى حد من الوسائل الجديدة التى وضعت لخدمته أن يساعد طبيبه بثقته وتعلقه وذكائه .. لانه اذا كان على الطبيب أن يعرف مهمته كمعالج معرفة كاملة ، فعلى المريض أيضا أن يبذل قصارى جهده لتسهيل اعداد التشخيص الدقيق الذى هو بمثابة خطوة أولى نحو شفائه .

على المريض أولا أن يتجنب الخجل والشعور بالخوف ، أثناء كل فحص طبى ، فليس من السهل الفوز بمعلومات من المريض نفسه أثناء الاخذ والعطاء معه ، لا تكون وكأنك تنطق باقرار خطير عند وصفك لاوجاعك .

حاولى أن تجيبى بـ « نعم » أو « لا » على الاسئلة الواضحة التى يلقيها عليك الطبيب الذى أخترته ، ولا تذهبى اليه ، ولديك مجموعة عوارض قد تكون سببا فى أن ينحرف مجرى البحث عن الطريق الصحيح . لا تحاولى بدراية أو بغير دراية أن تفرضى تشخيصك أنت .

كذلك تجنبى الذهاب بعيدا عن القول البسيط والهام أثناء التعامل مع الطبيب .

فمن المشاع أن هناك المريض « الحسن » والمريض « الرديء » . والمقصود من هذا التعبير : المريض ذو الثقة والمريض الشاك فى طبيبه .

ان للمريض صاحب الثقة الذى يستسلم لطبيبه كل الفرص السانحة كى يكون علاجه أوفق من علاج المريض الذى يناقش ويؤجل ميعاد الفحص ، أو يرفض النصح والعلاج ..

لقد اكتشف الطب الحديث أمراضا لا تعالج ولا يتحكم فيها الا بواسطة بعض الافحاص المعقدة .. فعلى المريض أن يفهم اليوم أنه ليس فى استطاعة الطبيب الماهر أن يكتفى بيديه وأذنيه كى يحقق تشخيصا طبيا أو بمعنى اخر علاجا كاملا .
اخر علاجا كاملا .

لا تقل أيها المريض « انه اذا انتهت هذه الفحوص الى أننى صحيح الجسم ، أكون قد أنفقت مالا بلا فائدة » ، بل على العكس ، كن راضيا لانك لست فى خطر وأنك لجأت الى طبيب أمين أراد أن يتحكم بما يوحى له مرضك ، فلجأ الى الدراسات العلمية الدقيقة .

لا ترفضى الاختبارات العملية فى المعامل ، وكشف الاشعة ، والتسجيل الكهربى للقلب والمخ . ان كل هذا يستطيع أن ينقذ لك حياتك أو يمد فى أجلها ، حتى العلاج المؤلم قديما ، وفحص الشعب بالاشعة أو المعدة ، أصبح الان تنفيذه سهلا محتملا بفضل تطور عملية التخدير .

انه عندما يقترح عليك الطبيب اختبارات ما ، فانه على يقين من أنها ليست خطيرة ولو كان هناك خطر نتيجة لهذه الاختبارات فستكون أقل مما يحتمل أن يكون اذا ماحيل بينك وبين التشخيص الطبى ..

هاك مثلا مشاعا : حمى متواصلة ، لا تستطيع معرفة سببها .. فى هذه الحالة ، لا تأخذى فى تناول العقاقير المضادة للميكروبات وتغيير الطبيب كل ٤٨ ساعة ، بل الجأى الى الفحص الدقيق ، أو اذهبى ، اذا استدعى الامر لذلك ، الى المستشفيات فبفضل اكتمال معدات معاملها ، سينكشف ذلك .

على المريض اليوم اذن أن يكون متنبها وحذرا . وهدف مقالاتنا الطبية أن نرشده حتى يزداد مدى اقباله على العناية الطبية ويكون فى نفس الوقت على ثقة فيها .

اليوم قد أفسح المريض الجاهل المكان للمريض المستنير .







هذه القناة .. قناتنا .. قناة السويس .. القناة التى اذابت فيها مصر من دماء بنيها .. ما تتمتع به الشعوب اليوم من شهد رطيب ! .. ستظل معركة قناة السويس أخلد معركة فى تاريخ مصر الحديث .. ستبقى قصة من قصص المجد تتناقلها الازمان والاجيال .



عشنا أياما فى معركة الحرية وعشت معنا فى هذه الايام كثير من الحقائق .. ستظل حية فى قلب كل مصرى الى الابد

فقد عادت بريطانيا وفرنسا .. الى عهد البربرية ..

ان فرنسا وبريطانيا لا تزالان تعيشان بعقلية الغابات .. لقد اثبتت لهما بورسعيد ان مصراليوم غيرها بالامس .. ان مصر اليوم تدافع عن حريتها غير عابئة بالمؤامرات التى ترقص على انغامها اسرائيل .

ان دول العالم الحرة جميعها تضع أيديها فى أيدينا ولم يعد لنا عدو مبين.. غير الاستعمارالذى يعيش على اغتصاب الحقوق .. والنصر لنا باذن الله .

الرجل .. والمرأة

تجلت الروح الوطنية فى المرأة المصرية .. وتحول النشاطالنسوى فى الجمعيات الى الاقبال المنقطع النظير .. على التدريب العسكرى، وعلى أعمال التمريض والاسعاف وغيرها .. لخوض المعركة ، جنبا الى جنب .. مع الرجل . سواء بسواء . .

ظهرت السيداتوالانسات اللائى يلبسن ملابس الهلال الاحمر ... والحرس الوطنى وكتائب التحرير والمرشدات .. ولا يزال عدد كبير منهن يترددن على المستشفيات للتدريب على أعمال التمريض والاسعافات .. بينما تنهمك كثيرات من طالبات الجامعات والمعاهد العليا وربات البيوت فى جمع التبرعات لاسر شهداء بورسعيد الباسلة .

جميل ان نرى سيداتنا بالملابس الرسمية .. منها الملابس «الكاكى» الصفراء وهى ملابس الميدان والملابس البيضاءوهى ملابسالهلال الاحمر المصرى .

وجميل حقاأن نرى الامهات وقد دفعن بأولادهن فى قلب المعركة .. معركة الحرية والكرامة والشرف . نرى الشباب يتدفق حماسة بالغة فى القيام بأعمال كبيرة وكثيرة .. من استعمال البنادق الى ابرالتريكو وحياكة ملابس المهاجرين والجرحى وغيرهم .

هكذا تبرز المرأة المصرية وهى نصف المجتمع فى هذه الازمة وهى تؤدى واجبها المقدس نحو بناء وطنها العظيم ..

فى القاهرة

فى القاهرة مدارس البنات .. تتحول الى بيوت رحبة تستقبل أسر .. وأطفال الابطال الذين استشهدوا .. أو أحرقت القنابل الغادرة ديارهم .

الادوية وأدوات الاسعافات والتمريض .. والملابس والاقمشة واصواف التريكو .. والاحذية والصابون والارز والسكر الخ ..

ملائكة الرحمة

فى الوقت الذى بدأ فيه سيدات الهلال الآحمر عملهن من أول يوم للمعركة .. وتحولت جمعيةالهلال الاحمر الى ميدان كبير حيثأقبلت الكثيرات من ربات البيوتليساهمن فى العمل الجليل .. أقبلت زوجة الوزير وزوجة القهوجى ..وجلسن فى صفواحد يستمعن الىمحاضرات الاسعاف والتمريض وأخذن دورهن فى حياكة الملابس . . والتبرع وجمع التبرعات .

ذهبت القافلة الاولى ، والثانية والثالثة من سيدات الهلال الاحمر المصرى خلف صفوف المقاتلين .. كانت تؤدى دورهافى حماية وطنها الغالى .. كانت المرأة المصرية فى الميدان ..فى مستشفيات التمريض والوقاية .. واسعاف المصابين ، ورعاية الاسر المنكوبة.. والمشردين الذين فقدوا الاهل والديار نتيجة هذا العدوان الآثم على مصر .

احتجاج شديد

واحتجت جمعية الهلال الاحمر المصرى .. أرسلت احتجاجا رسميا ببرقية الى جنيف .. حيث المقر الرئيسى لجمعية الصليب الاحمر العالمية .. احتجت على ضرب المستشفيات والبيوت الامنةبالقنابل واستنكرت بشدة غارات العدو على أرض الوطن ..

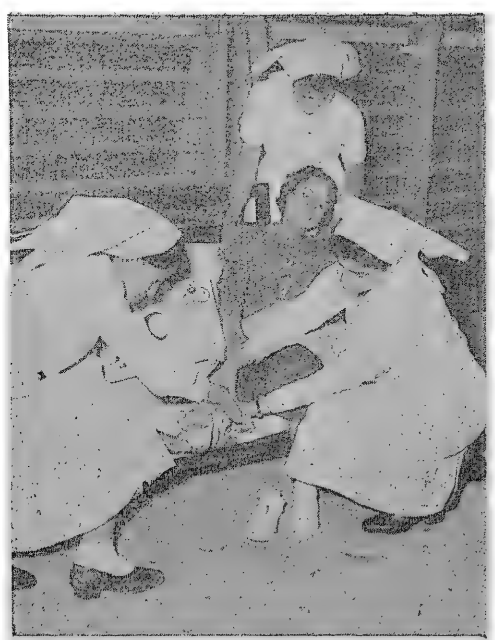
المال .. والدم

ولعب الهلال الاحمر دورا كبيرا فى حياة الجرحى والمصابين فقد اقبل الشعب بدافع وطنيته فى خلال ايامعلى مركز نقل الدمبجمعية الهلال .. أكثر من نصف مليون مواطن .. قدم كل منهم اربعمائة جرام من دمه .. بذلها عن ايمان وتضحية .

وقد تمكنت مجموعة من سيدات الهلال بجمع هذا الدم وتوزيعه على المستشفيات العسكريةومستشفيات الطوارىء .

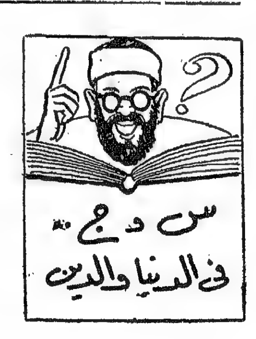
معركة الوطن

اننا نعيش الآن فى تاريخ مصر الحديث .. المرأة والرجل جنبا الى جنب .. فى معاركنا الوطنية .





ايدن : ياسلام ياموليه احنا ماكوناش فاكرين انه قوى بالهيئه دى



س : هل وضع المانيكر لا يصلح لفتاة مثلى مواظبة على الصلاة اذ يقولون ان فى الوضوء لابد أن تأخذ الاظافر نصيبها من الوضوء ولذلك لا يمكن وضع المانيكر فهل هذا صحيح ؟

أريد اسم كتاب لزيادة معرفتى لدينى الاسلامى وشروط المذاهب الثلاثة وحكم كل مذهب .

انسة فاتن م . ص - طنطا

ج : يستحسن عدم وضع المانيكر على أظافرك مادمت تداومين على الصلاة وذلك لان المانيكر يضع طبقة عازلة بين ظفرك نفسه وماء الوضوء وان كان لايمكنك الاستغناء عن المانيكر لسبب أو لآخر يمكنك الوضوء والصلاة برغم وجود المانيكر على أظافرك والوضوء والصلاة على هذه الصورة صحيحان.

أما عن المذاهب فهى أربعة مذاهب فى الاسلام يا انستى وليست ثلاثة ويمكنك دراسة المذاهب الاربع فى كتاب وزارة الاوقاف « العبادات على المذاهب الاربعة » وهو يباع فى كافة المكاتب

س : نحن ثلاث فتيات أبونا من قطر شقيق استوطن مصر منذ إثنتين وعشرين عاما .. كان أكبر اخواتى فى الرابعة من عمره فى الحين .. وعاشت والدتى مع والدى محتملة الحياة المرة مع هذا الاب الانانى الذى يختص بكل شىء فى سبيل اغراضه الشخصية .

والان يريد العودة لوطنه الاول فقررت والدتنا عدم الذهاب معه لان لدينا أسبابا تمنعنا من السفر معه مهما كانت العاقبة . ونريد أن نعرف ماهو موقف القانون ؟

هل سيحمينا ويضمن لنا نفقة خصوصا وأنه ثرى ولكن .. يخيل الينا أنه يريد ارغامنا على السفر معه ونحن بالغات سن الرشد

ج : لم تبينى فى خطابك الاسباب التى تمنعكم من مرافقته وعلى هذا الاساس يختلف الوضع بالنسبة لوالدتك اذ أن القانون لن يحمى الزوجة بأن يفرض على الزوج نفقة لها اذا رفضت السفر معه وكان هذا السفر لعمل الزوج او لضرورة اخرى ولم يكن المقصود منه هو الكيد والاضرار بالزوجة فان توافرت هذه الاسباب فى صالحكم كان لوالدتك حق الامتناع عن السفر وعلى والدك أن يدفع لها نفقة برغم امتناعها أما ان كان سفر الوالد للعمل أو لضرورة أخرى لايقصد بسفره الاضرار بوالدتك وجب عليها السفر معه واذا امتنعت لا تستحق النفقة ويبدو من خطابك ان والدتك تزوجت بوالدك وهو فى وطنه الاول .

ومعنى ذلك أنها تزوجت وهى موافقة على العيش معه فى بلده .

أما أنت واخواتك فليس لكن الحق بأى حال من الاحوال فى الامتناع عن السفر مع والدكن واذا امتنع كان له الحق فى أن يرغمكن على ذلك برغم بلوغكن سن الرشد لانكن بكر وله عليكن حق الرعاية

اعتنى بصدرك قبل ان يتلف

ان رجعنا الى الخطابات العديدة التى تصلنا من قارئاتنا كل يوم يطلبن فيها النصيحة،لاحظنا أن الصدر موضوع يهم النساء بصفة خاصة .

ان صيانة الصدر تتطلب الانتباه ، ذلك أنه عضو سريع التلف وأكثر من غيره تعرضا لعاديات الزمن . ويكفى قليل من الانتباه لنحافظ عليه سليما ونحول بينه وبين السقوط أو التدلى . ولا يمكن ان نتخذ أى اجراء نحو هذا العضو الا ان عرفنا كنهه . فالثدى يتكون من غدة تحيط بها طبقة من الشحم والانسجة الملتحمة .

ولا يوجد أى عنصر يقوم برفعه أو بسنده . ان الذى يقوم بهذه المهمة الخطيرة هو الجلد والنسيج الذى يدعمه ويرتكز الثدى على قاعدة عضلية ليست من القوة بحيث تستطيع الصمود أمام المؤثرات الداخلية والخارجية الكثيرة التى تعترى الجسم .

وان فحصنا العضلة التى تقوم بهذه المهمة وجدنا انها دقيقة غاية فى الدقة وليس من السهل الوصول اليها . فهى ان اعتراها نقص أصبح من الصعب علاجه .

لذا وجب على كل امرأة أن تتخذ الاحتياطات الكفيلة بالمحافظة على هذا الجزء من الجسم أطول مدة ممكنة .

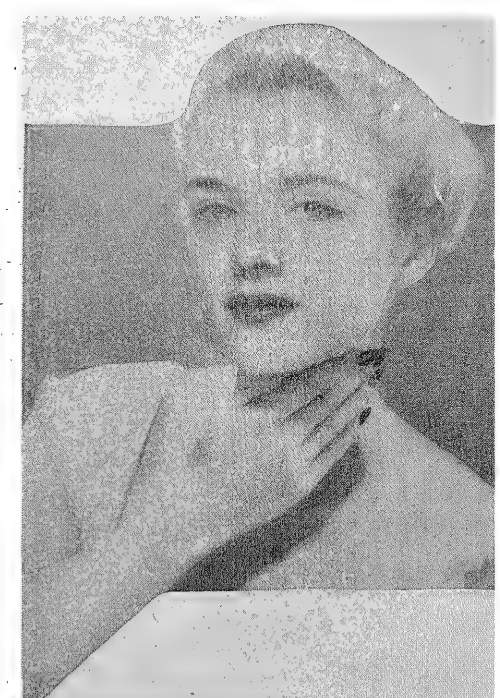
ولنبدأ أولا بحمالة الصدر .

يجب استعمال هذه الحمالة منذ أن يتكون الثدى أى بين الثالثة عشرة والرابعة عشرة حتى لو كان شكله ووضعه على خير ما يرام .. ان الحمالة يجب ان تنطبق تماما على شكل الثدى . ويشترط فيها ان تسند دون أن تضغط . كما يجب عدم رفعها .

وان كان صدرك ثقيلا احتفظى بالحمالة وأنت نائمة ، ولا تمارسى اية رياضة بدونها حتى لا يكبر صدرك عما هو عليه وحتى تحتفظى بجماله .



الجراحة فن فى خدمة الجمال



ان التجاعيد ما هى الا ثنايا لوجه مبالغ فيها . وهى نتيجة لترهل العضلات، ويتوقف ظهورها على السن والحالة الصحية والحالة النفسية .

ان التقدم فى السن يجلب معه ارتخاء فى الوجه مباشرة ويصاحب هذه الظاهرة نقص فى افراز الانسجة التى تقع تحت جلد الغدد الدهنية .

وتظهر التجاعيد أيضا نتيجة لمرض يصيب الجسم فيشحب وجه المريض وتأخذ التجاعيد فى الظهور شيئا فشيئا ، وكان صاحبها قد بلغ الخمسين أو أكثر .

ويقرر الاطباء أن البشرة الجافة المعرضة لتقلبات الجو تصاب بالتجاعيد قبل غيرها .. لذا نجد أن النساء اللواتى يقطن الريف ولا يعنين ببشرتهن ، يشكون من التجاعيد فى سن مبكرة .

وفى أوروبا وأمريكا اليوم نماذج لبانسات الغرض منها دفع الزائد من النسيج الذى يسبب التجاعيد تحت جلدة الرأس .

وتقوم جراحة التجميل بنفس العملية التى تقوم بها هذه البانسات . غير أن تأثير الجراحة يكون مستمرا بينما علاج البانسات يكون مؤقتا .

ومن الملاحظ أن منطقة العين تصاب بالتجاعيد قبل غيرها من مناطق الوجه .. فتظهر تجاعيد دقيقة فى الجفن الاسفل . ويتهدل فى نفس الوقت الجفن الأعلى .

أما تجاعيد الجبهة ، فهى رأسية وأفقية . والتجاعيد الافقية تقع فى أعلى الانف. وهناك تجاعيد تظهر عند زاوية العين من الخارج ويطلقون عليها اسم « خف الاوزة » لانها بالفعل تأخذ شكل قدم الاوزة . وتظهر التجاعيد أيضا فى المنطقة الواقعة بين فتحة الانف ونهاية الفم ، من الناحيتين، ويتكون الذقن المزدوج من تكدس الشحم فى الذقن مع ارتخاء أنسجة هذه المنطقة. واذا انخفض احدها ظهرت فى أسفله تجاعيد قد تسبب تشويها فى شكل الوجه نفسه .

وجرت محاولات وتجارب عدة الغرض منها ازالة هذه التجاعيد التى كثيرا ما تظهر قبل الاوان .. وقد وصل الجراحون الى طريقة تعتبر المثلى ويطلقون عليها اسم : رفع الوجه .

ولكى نسهل عليك يا سيدتى فهم هذه الطريقة نقدم لك هذا المثل : اذا قرصنا الجلد بين الابهام والسبابة ، لاحظنا أن بعض التجاعيد تختفى . وجراحة « رفع الوجه » تقوم على هذا المبدأ .. ويجرى جراحو التجميل هذه العملية بعد عمل بنج موضعى ، ويقولون انها غاية فى السهولة وليست خطرة على الاطلاق .

ويعمل الجراح على ادخال الجلد الزائد تحت الشعر حتى لا يظهر . وهى عملية تحتاج الى دقة ومهارة . وهناك عمليات أخرى تقتضى من الجراح الالتجاء الى طرق أخرى لاخفاء الجلد الزائد .

وعلى أى حال فان كل ما يهمنا نحن السيدات ، هو أن نعرف متى يجب أن نقوم بهذه العملية ؟ ان الامر لا يتعلق بسن محددة فهناك سيدات يصلن الى سن الخمسين ووجوههن تكاد تخلو تماما من التجاعيد بينما توجد نساء فى سن الثلاثين وقد بدأت التجاعيد تخط خطوطها فى وجوههن بلا شفقة أو رحمة . وعلى السيدة التى ترغب فى أن تجرى هذه العملية أن تقررها قبل استفحال التجاعيد . اذ أنه من المضحك أن يعود وجهها كشابة فى سن العشرين بعد أن كان وجهها متجعدا .

ويقول جراحو التجميل أن عملياتهم يستمر مفعولها من ست سنوات الى ثمان . ذلك أنه لا يوجد من يستطيع الابقاء على شيء الى ما لا نهاية ، ويمكن اجراء هذه العملية أكثر من مرة دون أن ينشأ عن ذلك التكرار أي ضرر .

ولم تعد جراحة التجميل فى أوروبا وأمريكا مقصورة على نجوم السينما والمسرح وسيدات الطبقة الراقية . لقد شملت الآن البائعات فى المحال التجارية وعارضات الازياء اللواتى يتوقف أكل عيشهن على شبابهن، وهكذا استطاعت جراحة التجميل أن تعطى لهؤلاء فرصة جديدة لحياة كريمة ، فضلا عن أن الظهور بمظهر الشباب يقوى الروح المعنوية ويجعل الانسان ينظر الى الحياة وكله ثقة فى المستقبل البسام .

عضلاتك يجب أن تكون قوية



التمرين الاول :

امددى احدى الساقين الى الامام • ضعى يديك على وسطك • اثنى ما استطعت الساق الامامية أمددى جيدا الساق الخلفية • ادفعى الركبة ما استطعت الى الامام ، حتى لو اضطررت الى رفع الكعب •

ان هذا التمرين يقوى الساقين ويمنع ترهل الردفين •



التمرين الثانى :

ارسمى دائرة كبيرة باحدى الساقين بعد مدها جيدا • واستندى بيد واحدة على الحائط

ارفعى ساقك جيدا جانبا • ارفعى ساقك جيدا الى الخلف •

ان هذا التمرين يقوىجميع عضلات الحوض •



التمرين الثالث :

افردى ذراعيك على الجانبين • ضعى ركبتك على صدرك اخفضى ركبتيك الى اليمين والى اليسار •

اخفضى براحتى يديك جيدا على الارض • وعلى الركبتين أن تلمس الأرض • أما القدمان فتظلان مرفوعتين •

ان هذا التمرين يلين ويقلل من حجم الردفين

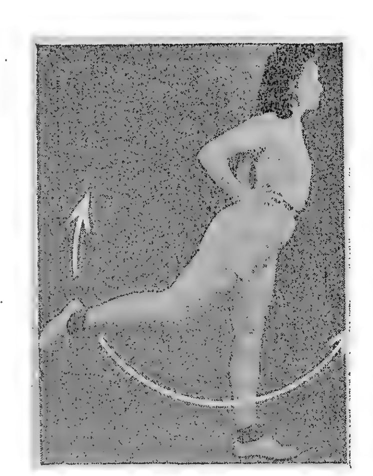


التمرين الرابع :

ضعى راحتى اليدين على الارض وارفعى الساقين قليلا ربعى الساقين وابعديهما عن بعض مرة فوق ومرة تحت •

اضغطى جيدا على الارض براحتى اليدين • يجب رفع الفخذين بعض الشيء •

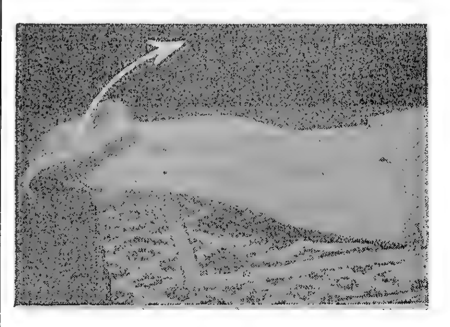
ان هذا التمرين يقوى الردفين ويدرب العضلات الداخلية •



التمرين الخامس :

أمددى الساق جيدا و مرجحيها من الامام الى الخلف قوسى الردفين و أنت ترفعين الساق الى خلف ٠

ارفعى الساق أعلى ما يمكن ٠



التمرين السادس :

ضعى ذراعيك على امتداد جسمك وراحتى يديك على الارض ٠ ارفعى ساقيك بعد مدهما جيدا أعلى ما يمكن ٠

اضغطى جيدا على الارض براحتى يديك ٠
اتركى الساقين ممدودتين ٠
ان هذا التمرين يقوى عضلات الاليتين ٠

تليفونات بنت النيل : ٩٤٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

باترون بنت النيل

فستان للصباح وفستان تواليت



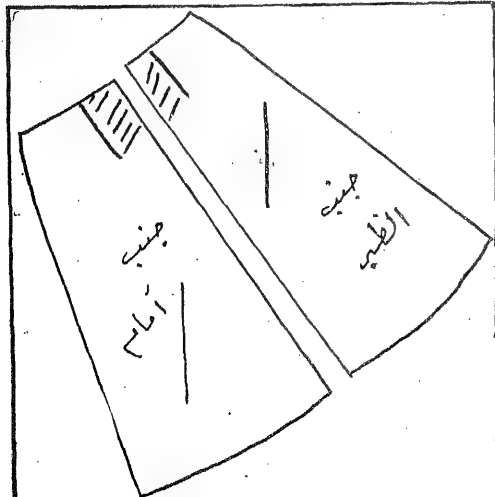
هذان فستانان أحدهما تواليت ويصنع من القطيفة، بجونيلة واسعة بأربع ثنيات مجوفة مقفولة ببانسة على الارداف • وبانسة أمام • وأربع بانسات تثبت الكورساج المستقل الذى ينتهى بباسك يمر تحت حزام الجونلة •

وسبنسر ذو كمين مركبين يصلان حتى المرفقين أو تحتهما بقليل • وبانستان فى الظهر ، يميل الثوب الى انسامبل أنيق لبعد الظهر •

يتكون هذا الانسامبل من ١٣ قطعة ويشمل الثوب نفسه ذا القطعتين : الكورساج والجونيلة والسبنسر •

وهو فى حاجة الى قماش طوله ستة أمتار وستون سنتيمترا وعرضه ٩٠ سم•

التفصيل : ــ أولا اثنى القماش الوجه على الوجه والليزيير على الليزيير •قصى القطع بالطريقة والنظام المبينين مع الحرص على عدم وضع واحدة من هذه القطع فى الاتجاه المخالف • ولما كان لوبر القطيفة اتجاه واحد ، فان الانعكاسات ستكون مختلفة •



بانو وسط الظهر رقم ١: يقص الوسط على الثنية فى اتجاه نسيج القماش • لا تنسى وضع الحروف المبينة للتركيب مع بانوهات الجوانب •

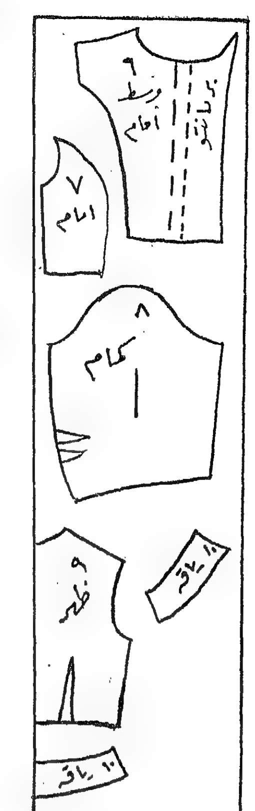
بانو وسط الامام رقم٢ : يقص الوسط على الثنية فى اتجاه نسيج القماش • لا تنسى وضع الحروف المبينة للتركيب مع بانوهات الجوانب •

كورساج أمام رقم ٣ : يحصل عليه من قطعة واحدة اعملى حساب الدخلات اللازمة لفتحة الرقبة والحردات والخياطات •

كورساج الظهر رقم ٤ : يحصل عليه من قطعة واحدة اعملى حساب الدخلات اللازمة لفتحة الرقبة والحردات والخياطات •

الجانب الامامى رقم ٢ مكرر والجانب الامامى رقم ١ مكرر : ان هاتين القطعتين تكملان جونيلة الامام •وكل من هذه القطع تقص مرتين ويمكن اذن وضع سمكى القماش بعد فرده بعرضه كله ويوضع الواحد على الاخر الوجه على الوجه • أو يقص الواحد بعد الاخر • ولابد من القطعة رقم ١ مكرر مرتين لوضعهما فى كل جهة من بانو وسط الظهر وقطعتين رقم ٢ مكرر لوضعهما فى كل جهة من بانو وسط الامام •

أمام السبنسر رقم ٦ : يقص على القماش المزدوج الموضوع الوجه على الوجه



والليزييز على الليزييز ٠والى جانب يمكن الحصول على القطعة رقم ٧ التى تكمل القطعة السابقة ٠

الكم رقم ٨ : يقص مزدوجا احترمى اتجاه نسيج القماش

ظهر السبنسر رقم ٩ : يوضع خط منتصف الظهر على ثنية القماش ٠

الياقة رقم ١٠ : فوق ٠ يحصل على ما فوق الياقة من قطعة واحدة ، علما بأن خط المنتصف يكون على ثنية القماش ٠ والى جانب الظهر نحصل على القطعة رقم ١٠ مكرر التى ان قصت مزدوجة تعطى نصفى الياقة الاسفلين

الحزام رقم ٥ : يعطى طول محيط الخصر ، ولكن مع احترام اتجاه نسيج القماش للحصول على اتجاه القطيفة عندما يركب الحزام على الجونيلة ٠

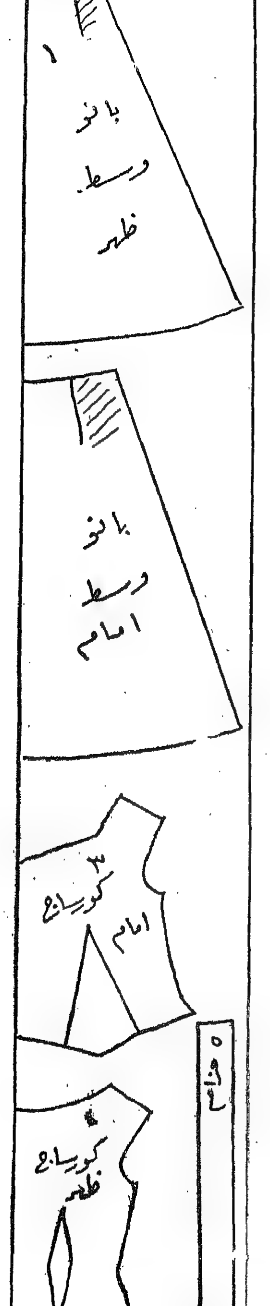
ولتغطية السبنسر عند التحامه بالجونيلة يعمل حزام كما أنه يمكن أيضا قصه فى اتجاه نسيج القماش ٠

التركيب

الجونيلة : من كل جهة من جهتى بانو منتصف الظهر ، ركبى بانو الجانب رقم ١ مكرر على أن تتقابل النقطة أ و مع ب و ب ٠ ومن كل جهة من بانو منتصف الامام ، ركبى البانوهين رقم ٢ مكرر على أن تتقابل النقط حـ حـ و ء ء ٠ وفى كل خياطة أمامية يمكن تركيب جيب ٠ ركبى ظهر وأمام الجونيلة بخياطات الجوانب ٠ كونى الثنيات ٠ قومى بعمل بروفة مع تسريح بانوهات الجونيلة حتى الحزام بعد عمل الاصلاحات اللازمة ، اعملى الخياطات النهائية بعد خياطة البانسات ، اعملى الاورليه

الكورساج : اقفلى البانسات ، ظهر وأمام الكورساج ٠ ركبى الظهر والامام لخياطات الكتفين والجانبين ٠ وبوربات من نفس الشكل اعملى حافة فتحة الرقبة والحردات ٠ توضع الوجه على الوجه وتقلب على داخل الكورساج

السبنسر : الى الامام ركبى بالخياطة التى تكون بانسة القطعتين رقم ٦ ، ٧ اقفلى بانسات الظهر ٠ركبى الظهر بالامام بخياطات الكتفين والجانبين ٠ اقفلى الكم بعد أن تكونى كونت البانس ٠ قومى بعمل بروفة أولى ٠ وبعد عمل التعديلات اللازمة ، اعملى الخياطات النهائية وركبى الكمين ٠ ركبى أسفلى الياقة بخياطة المنتصف ٠ ضعى ما فوق وما تحت الياقة الواحد على الاخر ، الوجه على الوجه ٠ اعملى خياطة الحافة الخارجية اقلبى على الوجه ٠ ركبى ما تحت الياقة عند فتحتها ٠ اسلتى ما فوق الياقة الى الداخل ٠ اقلبى البارمانثور الى الداخل بعد عمل العراوى ٠



كوبون باترون بنت النيل

قدمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر ٠٠ تحصلى على هذا الباترون ٠

ملحوظة : اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل ٠٠ ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط واضح ٠



الخطوط الرئيسية في الأزياء

لوحظ أن الهدف الاول لمصممى الأزياء هذا العام هـو العمل على ابراز أنوثة المرأة ٠ فلم تعد للقصات التى تذكرنا بثياب الرجال مكان فى موضة هذا الشتاء لقد اختفت لتحل محلها القصات السواريه والكشكشة والوسط العالى الذى يبرز جمال الصدر والاكتاف المستديرة ٠٠ الخ

وفي الواقع أن موضة شتاء ١٩٥٧ تذكرنا الى حد كبير بموضة سنة ١٩١٣ فالكاب يلبس مع كل الثيـــاب مع الفستان والتايير والسواريه وفى كل وقت فى الصباح وبعد الظهر والمساء وقد تنافس مصممو الازياء هـــذا العام على تقديم أجمل وأروع الكابات التى تلائم جميع الاجسام ٠ أما البلرين فهى لا تقل أهمية عن الكاب روعة وجمـــالا وكذلك التونيك

ولوحظ ان القصات فى أزياء هذا العام على طول الفستان بالتدرج وكأنه هرم فنجد قصه فى الوسط وقصـــة تحت الصدر مباشرة ثم قصه عند السفرة وقد وضعت أزياء كثيرة مع اختلاف قصة من هذه القصات عن الاخرى ٠

ولوحظ أن الاقمشة المرنة والخفيفـة لهـــا الاولوية عن سائر الاقمشة وخاصة الناشف منهــــا ٠ أما الفراء فيجد لنفسه مكانا فى كل لون من الازياء فنجده فى التاييرات والفساتين والبلاطى ، ولوحظ أن الالوان الرئيسية هذا الشتاء هى الاسود والبنفسجى « الموف » فاتح وغامق وكل نوع والاخضر الزيتى والاحمر ، هذا وقد عرضـــت أزياء بجميع الالوان الاخرى ٠

ولوحظ أيضا أن الشعر الطويل حل محل الشعر القصير وان كان هذا الاخير مازال مفضــــلا من البعض ما دام يلائم وجههن أكثر من الطويل ٠٠ ولوحظ أخيرا أن الجوانتى الطويل هو الغالب فى موضة هـــذا الموسم وان « الاكسسوار » الشنطه والجوانتى والجزمه كان أغلبها زيتى غامق وبيج فاتح وأسود وأحمر ٠





الأسود بعد الظهر

مازال اللون الاسود يحتل المكانة الاولى لثياب ما بعد الظهر والمساء ومن آخر المبتكرات الامريكية فى هذا الشتاء الجونلة الفضفاضة والكورساج الضيق .
وبنت النيل تقدم لك نموذجين من أجمل مبتكرات هذا اللون من الفساتين .







لاتعتمد الاناقة على كثرةعدد الثياب بل تعتمد على
سن اختيارها فجونلــــــةواحدة يمكن استعمالها فى
الصباح وبعد الظهر أيضــاولن تفقدى أناقتك بسبب
ذلك ويكفى تغيير البــلوزهوحدها من مناسبة الى أخرى.



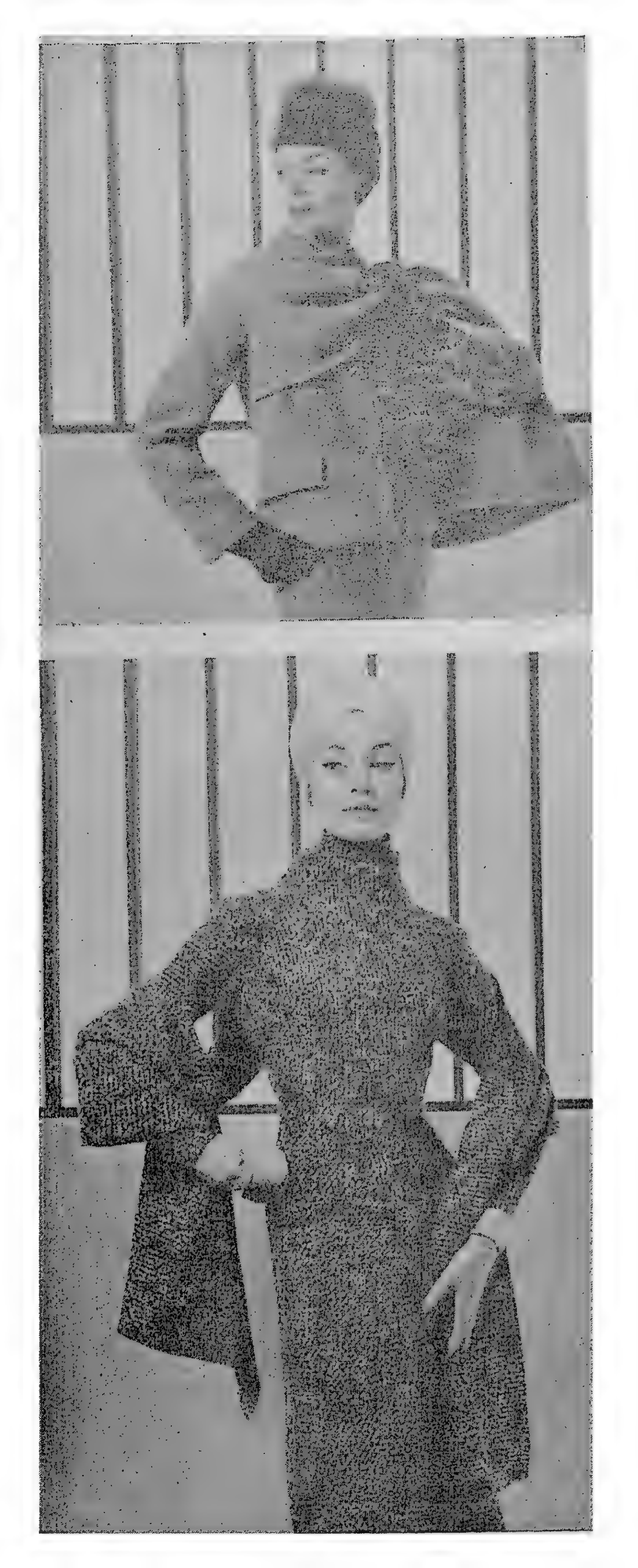
وتقدم اليك على هـــاتين الصفحتين نموذجين لجونلتين
من اللون الاسود لتختارى احداهما لاستعمالها فى كل وقت
كما نقدم لك بلوزتين : احداهما للصباح وهى من
الصوف الكاروهات والاخرى للمساء ..

الكورساج القصير في الفساتين

الغالب في الفساتين هو الكورساج القصير حتى أن حياكة الوسط تكون تحت الصدر مباشرة ويمسك هذا الوسط بحزام عـــريض ، وتجدين على الصفحة المقابلة اربعة نماذج لأجمل الفساتين من هذا النوع .

أما في هذه الصـــفحة ، فتجدين آخر ما وصل اليـــه مبتكرو الازياء وهو الايشارب الطويل المثبت في الفستان أو التايير بطريقة رائعة جميلة





لوحظ هذا العام ان الاتجاه الغالب فى الفساتين هو الكورساج القصير حتى أن حياكة الوسط تكون تحت الصدر مباشرة ويمسك هذا الوسط بحزام عريض وتجدين على الصفحة المقابلة أربعة نماذج لاجمل الفساتين من هذا النوع

أما فى هذه الصفحة فتجدين آخر ما وصل اليه مبتكرو الازياء وهو الايشارب الطويل المثبت فى الفستان أو التايير بطريقة رائعة جميلة



ياقات مبتكرة

اختارت لك «بنت النيل» مجموعة من أجمل الياقات المبتكرة فى أزياء هذا العام ٠

الاول منها لفستان يلبس بعد الظهر ، والثانى عبارة عن باليرنيه يمكنك خلعها فى الصباح والاكتفاء بالتايير البسيط الاسبور ، فاذا ما لبست على هذا التايير أصبح ملائما لبعد الظهر ٠

أما النموذج الثالث فان ياقته أقرب للايشارب من الياقة ويلاحظ أن طرفيها ممسكان بزراين فى الظهر ٠



ياقات كلاسيك

الى جانب الياقات الجديدة المبتكرة هذا العام ما زالت للياقات الصغيرة الكلاسيك مكانتها وأهميتها فى الازياء الجديدة لهذا العام ايضا

ويمتاز هذا الموديل المقدم اليك بالكورساج « السنبلوزون » ذو الكشكشة ويلاحظ أن الجيب فى الجونلة فى مستوى منخفض عن المعتاد وذلك يرجع الى ان نفس الحزام الموضوع على الوسط بدوره منخفض أيضا



جاكتات وبلاطي على التايير



اذا ما أقبل برد الشتاء القارص لا يمكننا الاكتفاء بالتايير وحده فى الوقاية من البرد

لذلك يجب علينا أن نحرص على أن يكون لدينا بالطو أو جاكته تلائم ما عندنا من تاييرات

وتجدين على هاتين الصفحتين ستة نماذج لاختيار ما يلائمك من هذا النوع







فى زيارة

بوتيك أنيس

ان بنت النيل تنتقى لكم دائماً أحــدث المودات ولا تتوانى فى أن تشير على قارئاتها بزيارة المحلات التى تعرض آخر ما وصل اليه فن المودة .

وقد قمنا أخيراً بزيارة أحــد هذه المحلات وهو « بوتيك أنييس » وصاحبتها مدام سلفاتى بشارع عدلى رقم ٢٨ ناصية شارع شريف .. وقد أعجبنا ما عرضته علينا خصوصاً موديلات شتاء سنة ١٩٥٧ التى لم تظهر فى الأسواق .. استوردتها هذه المحلات خصيصاً من ايطاليا . وهى ذات ألوان مختلفة متناسقة تناسب مودات هذا العام ومحبوكة على الأجسام فتضفى عليها منظراً رائعاً .

وقد أعجبنا أيضــاً بما شاهدناه من تصميم الازياء الذى اجتمع فيه فن كل من مدام سلفاتى وأشهر مصممى الأزياء فى روما وباريس فصار روعة فى الانتاج والتصميم .

وقد أخبرتنا مدام سلفاتى أن هذه الموديلات عزيزة جداً عليها لأنها قد وضعت فيها عصارة تفكيرها فأخرجتها بهذا المظهر الرائع ولكنها لا تبخل بعرضها على السيدات المصريات لما لهن فى قلبها من منزلة كبيرة .

وقد سألتها عن السبب الذى حدا بها الى عرض هذه الموديلات قبل موسمها فأخبرتنا أن هذه الموديلات سوف تحدث انقلاباً فى العرض لما تمتاز به من جمال وأناقة وما تضفيه على المرأة المصرية من مظهر رائع .

وقد استطعنا اقناع مدام سلفاتى بأن تخص قارئات بنت النيــل ببعض من تضحياتها فوافقت على أن كل من يحمل مجلة « بنت النيل » ويتوجه لمحلات بوتيك أنييس سوف تخصه بامتياز كبير فيما يرغب فى شرائه من معروضات محلاتها من بلوفرات أو جونيلات أو موديلاتها الرائعة .



كوني بسيطة في ملابسك
فالبساطة أروع ما تتحلين به



أجمل هدية في أعز مناسبة تقديمها ..

لابنتك
لشقيقتك
لصديقتك

هي اشتراك عام ١٩٥٧ في بنت النيل
وبنت النيل تسهم معك فيها فتقدم لك اشتراكا مخفضا



تقبل الاشتراكات المخفضة والتجديد عن عام ١٩٥٧ ابتداء من أول أكتوبر وترسل الحوالات البريدية برسم مجلة بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل



تاييرات من التويد



يمتـــاز قماش التويد يبعث الدفء والحرارة للجسم فى الشـتاء حتى أن تاتير التويد فى جو مصر يغنينا غالبا عن البالطو

واليك تاتيران من التويد ضعت ياقة أولهما من الفراء

أما الثانى فقد حليت أكمامه من الفراء وكلاهما من آخر وأجمل مبتكرات هذا العام







بالطو موديل ريدنجوت من الصوف البنفسجى ، وفستان من الصوف البنفسجى الفاتح يحليه حزام من الستان المات من نفس اللون وفستان آخر من الجرسيه يمتاز بكشكشة فى الوسط تعطى اتساعا للجونله والكورساج .

أما الثوب الاخير فيمتاز بالتصاقه التصاقا تاما بالجسم وبدرابيه مبتكر فى الوسط وياقة جديدة من نوعها

بلاطى مبطنة بالفراء

اكستنج الفراء كل الثياب هذا العـام وخاصة فى البلاطى التى تبطن به مـع اظهار هذا الفـراء من الامـام ليضفى روعـــة وأناقة على البالطو الثمين





طقم للبرد القارص

نقدم اليك «بنت النيل» على هاتين الصفحتين نموذجين لفستان ومعه بلطو يلائمه من نفس القماش أو من قماش آخر يتلاءم بنوعه ولونه مع قماش الفستان .



نماذج جديدة للكاب



ان أردت اتباع مودة هذا العام فلا بد من اقتناء كاب .

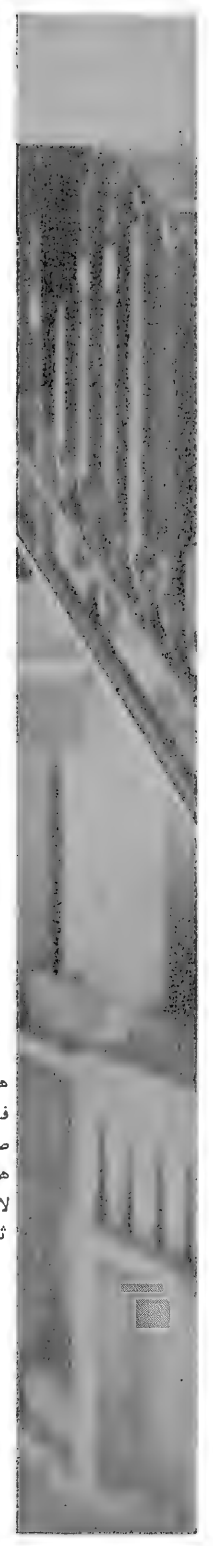
واليك ثلاثة نماذج لأحسن الكابات ، وكلها مبتكرة جديدة ويشبه الكاب الاول منها الشال المربع الى حد كبير ، أما الثانى فيمتاز ببساطته والاخير يلف حول الجسم ويثبت بزرار عند الكتف





كاب بسيط محلى بجيبين ذات قلاب ويمتاز بمسكه فى الوسط بحزام من نفس القماش ويلبس مع فستان ضيق ٠





وهذا كاب يمثل اتجاه هيئة المغناطيس التى لوحظت فى أزياء هذا العام فى أجمل صورها وبه فتحتان على هيئة جيبين فى جانبيه لاخراج اليدين منهما ، وقد ثبت عند الصدر بلسان مبتكر



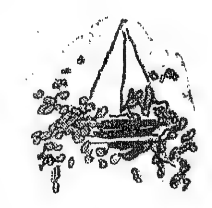
عودى طفلتك منذ الصغر بالاهتمام بثيابها المنزلية فهى لاتقل أهمية عن ثياب الخروج ونقدم اليك نماذج لقمصان النوم والروب دى شمبر لابنتك أيا كان سنها



يوميات جنيه

وقفت بكم الشهر الماضى فى يومياتى الى حضور الفتاة التى وضعتنى فى البنك وهى راغبة فى اخراجى وأخبرها موظف البنك اننى لم أصبح وحيدا فعادت لتفكر فى الطريقة السليمة التى سوف تصل اليها حتى لا تكون سببا فى تفرقتى عن أبنائى الصغار

وتحرمنى من صحبتهم .. عادت الى منزلها وهى فرحة مسرورة تسترجع كلمات موظف البنك التى قالها لها فى فوائد ومزايا التوفير .. لقد قال لها ان التوفير يعود بفائدة مزدوجة على صاحب المال وعلى مستثمر هذا المال فهو فوق ما يعود به من



أرباح على صاحب المال فانه يعمل على تدعيم الاقتصاد القومى لبلدها الحبيب .. والمسألة فى غاية البساطة .. كما أفهمها ان الجنيه بمفرده لا يأتى بفائدة كبيرة طالما كان منفردا أما اذا جمع مع الكثير من أمثاله فهو يأتى بالفائدة المرجوة منه فى تدعيم الاقتصاد اذ يستطيع البنك استثماره فى مشروعات كثيرة تؤدى الى دوام الانتعاش الاقتصادى ، فان البنك يساهم فى تدعيم هذه المشروعات التى تنمو وتزداد وتفتح مجالا كبيرا للاكثار من الايدى العاملة ، وادخال صناعات جديدة توفر على البلاد العملات الاجنبية التى تنفقها فى شراء المنتجات من الخارج ، فهى بذلك تدعم الاقتصاد ، وتقضى على البطالة بين الايدى العاملة فوق ما تعود به من أرباح على أصحاب دفاتر التوفير المودعين لأموالهم فى البنوك .. أقول عادت الفتاة الى منزلها وهى تستعيد هذه الكلمات التى قالها لها موظف البنك .. وسرح بها الخيال .. وأخذت تفكر فى وفى قيمتى فى تدعيم الاقتصاد القومى .. أأكون أنا بمثل هذه القيمة التى شرحها لها موظف البنك .. فى اننى السبب فى زيادة الرخاء والقضاء على البطالة وزيادة الانتعاش الاقتصادى .. اذا فهى بوضعها اياى فى صندوق التوفير قد أدت خدمة عظيمة لوطنها دون أن تشعر .. هل يعنى ذلك انها أصبحت من المساهمات فى اقتصاد وطنها بهذا المبلغ القليل .. نعم هذا صحيح



..فما هذه الاموال الضخمة الا عبارة عن مبالغ قليلة مع بعضها فتكون تلك الاموال الكثيرة التى تستخدم فى الاقتصاد .. عادت تفكر ثانية .. ما قيمة هذا الجنيه لو سحبته من صندوق التوفير بالنسبة لها .. أتكون فائدة لها أكثر من فائدته لوطنها واقتصادياتها .. ان هذا الجنيه سوف لن يخدمها خدمة كبيرة طالما كان بمفرده .. اذا فلماذا تسحبه من صندوق التوفير .. وها هى قد رأتنى قد أتيت لها بفائدة غير منتظرة .. اذا فلماذا لا تتعود هى على أن تضع الكثير من أمثالى دائما حتى تعم الفائدة ، وتشعر فعلا انها قد ساهمت بقسط وافر من الخدمات لوطنها ..



من ٢١ مارس الى ٢٠ ابريل (ظهرا)
ان هـذا التدلل الزائد عن حده سوف يبعد عنك رجل أحلامك . وتفقدين بذلك أملا كان يداعبك من زمن طويل . اياك والطيش . فقد تندمين عليه حين لا ينفع الندم

احترسى اذن من نفسك . أما جهازك الهضمى فانه فى حاجة الى عناية . تناولى طعامك ببطء وامضغى الاكل جيدا . واذا انتقلنا الى نشاطك فى العمل وجدنا أنه فى حاجة الى تنظيم والى صبر



من ٢٠ ابريل الى ٢٠ مايو (ظهرا)
ان آمالك سوف تتحقق كلها .. والرجل الذى اخترته سيتقدم لطلب يدك . لكن لا تكونى واقعية الى هذا الحد . ان شيئا من الخيال لن يضايقك ، خاصة ان كنت عازمة على تأثيث منزلك . أما أعصابك فانها فى حاجة الى شىء كثير من الراحة . ابتعدى عن الاضطراب كلما أمكنك ذلك . ولن يكون عملك مثمرا فى هذا الشهر بسبب حالة أعصابك

من ٢٠ مايو الى ٢١ يونية (ظهرا)
استعملى اللباقة فى جذب الشخص الذى توديته ولكن كونى متحفظة فى سلوكك والا فقدته بلا رجعة . وانك كنت قوية الحجة استطعت اقناع من هو فى حاجة الى ذلك . وان وعدت فلا تخلفى وعدك . وسينتابك فى هذا الشهر صداع نتيجة ارهاقك فى التفكير . اخلدى الى الراحة ان أردت التخلص من هذا الالم . لا تبدئى عملا جديدا فى هذ الشهر .



من ٢١ يونية الى ٢٢ يولية (ظهرا)
يجب أن تدرسى جيدا الشخص الذى تقدم لطلب يدك . لا تغترى بمظهره . انك ستعيشين مع أخلاقه ومبادئه . استمعى الى نصح من يكبرك سنا ، فان ذكاءك واخلاصك لا يكفيان لمجابهة الموقف وحدك وتشبثك برأيك يجعل أصدقاءك ينفرون منك . أما حالتك الصحية فانها فى حاجة الى تقوية . اختارى الطعام المغذى . اعرفى كيف تتخذين قرارا فى هذا الاسبوع

من ٢٢ يولية الى ٢٣ أغسطس (ظهرا)
كونى طيبة وكريمة ان أردت أن تكونى موضع احترام وحب . ان من تحبين يقدرك لخلالك الحسنة ومبادئك الطيبة ولسوف تكونين موضع فخره وعزته . أما حساسيتك الزائدة فتكشف عن أعصاب ضعيفة فى حاجة الى عناية فائقة ، وفى زائدة . ان التوفيق حليفك فى هذا الشهر سواء من الناحية العاطفية أو من ناحية العمل البحت .

من ٢٣ أغسطس الى ٢٣ سبتمبر (ظهرا)
ان هذا الحزن الذى ينتابك ماهو الا نتيجة لسرعة تصديقك للكلام المعسول الذى همسه فى أذنك شخص لا أخلاق له . اعتبرى هذا الامر تجربة أو درسا واياك وأن تصدقى كل من هب ودب . ان الجو فى منزلك ملبد بالغيوم والعاصفة توشك أن تنفجر ان لم تضغطى على أعصابك التى لا شك أنها فى حاجة الى شىء كثير من العناية . أما العمل فهو جامد ولن يتحرك طوال هذا الشهر ..



من ٢٣ سبتمبر الى ٢٣ أكتوبر (ظهرا)
يجب أن تعرفى كيف تعبرين عن لا . معنى له ان أردت أن تكونى موضع اعجاب من يحيطون بك . وان كنت متزوجة فلا تتنازلى عن حقوقك . أفهمى زوجك بلطف ان لك حدودا وله حدوده . كونى لينة مرنة ولكن لا تكونى ضعيفة . لا ترهقى عينيك وابعدى البرد عن حنجرتك . اقبلى تأييد الغير ولكن لا تعتمدى عليه اعتمادا كليا ..

من ٢٣ أكتوبر الى ٢٢ نوفمبر (ظهرا)
لا تتكبرى ولا تتعجرفى والا نفر منك الشخص الذى يحبك . لا تدققى مع أصدقائك أو أفراد أسرتك ، ان التدقيق الزائد يؤدى فى أغلب الاحيان الى الخصام . ان صحتك طيبة جدا ولكن لا تحملى نفسك أكثر مما تحتمل . ان النجاح ماثل أمامك . وسوف تصلين اليه بنشاطك وبعملك المتواصل وباتكالك على نفسك وفهمك للامور .

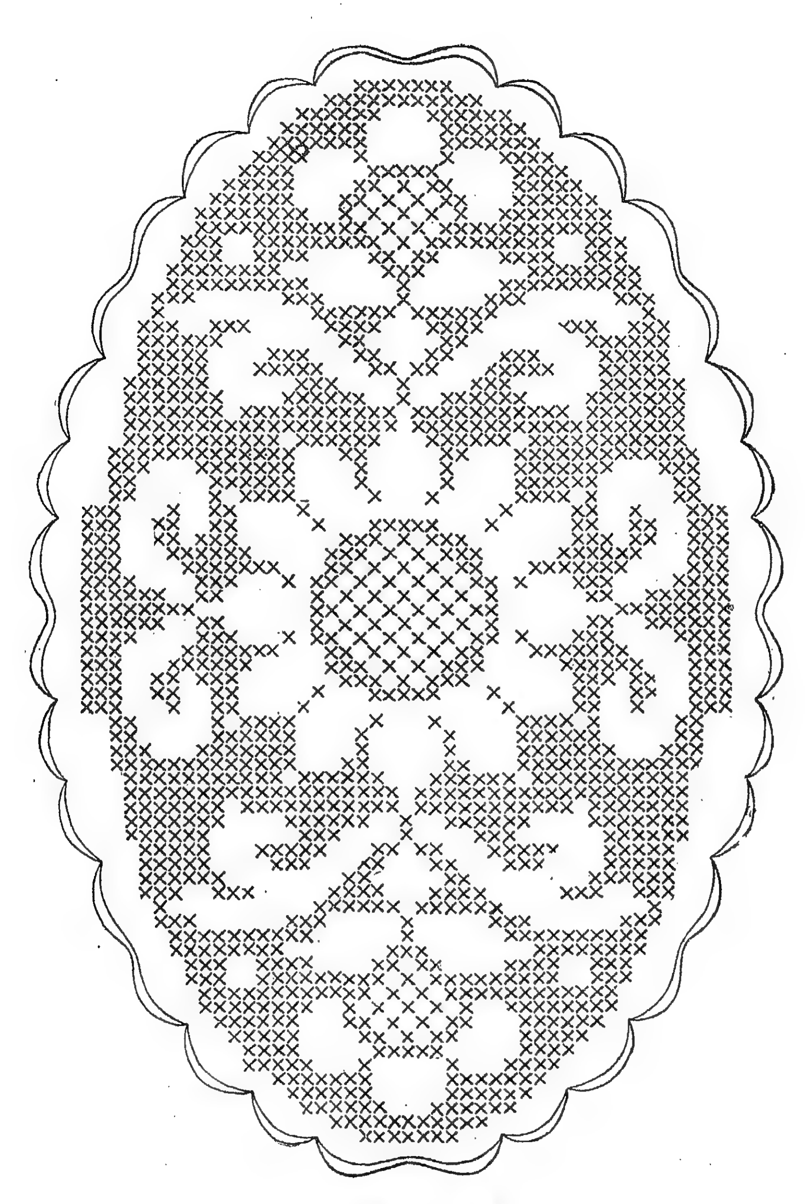
من ٢٢ نوفمبر الى ٢٢ ديسمبر (ظهرا)
ان هذه الغيرة التى تنتابك من حين الى حين سوف تعكر العلاقات الطيبة التى هى بينك وبين الشخص الذى تقدم لطلب يدك وقد يصل الامر الى قطع هذه العلاقات أو الى قيام مشاجرات لا فائدة منها . كونى عاقلة وانظرى الى المسائل نظرة متفائلة . واذ خرجت الى الطريق فاحذرى الحوادث . أنظرى جيدا قبل أن تعبرى الشارع ولا تنزلى من الترام الا بعد أن يقف تماما . وفى عملك قد تنتقلين الى مركز أفضل



من ٢٢ ديسمبر الى ٢١ يناير (ظهرا)
هذا الاستخفاف سوف يوقعك فى مشكلات ليس فى مقدورك حلها . شيئا من التعقل والتفهم للامور ، ان أردت ألا تصدمى فى شعورك وأحاسيسك . ان بيتك مهدد بالتصدع ان سرت على نفس الخطة وصحتك فى حاجة الى عناية خاصة والا ضعفت وذبلت . وفى عملك يحاول بعض الذين يحسدونك أن ينالوا منك . احترسى منهم ولا تسليمهم أسرارك قد يستعملونها ضدك .

من ٢١ يناير الى ٢٠ فبراير (ظهرا)
انك حزينة بعض الشىء لان أمور القلب لم تسر حسبما كنت تشتهين .. اعتصمى بالصبر واضبطى أعصابك ولسوف تعود الامور الى مجاريها . أما فى المنزل فيجب عليك ألا تكثرى من انتقاد من حولك وخاصة والديك . انهما فى حاجة الى عطفك كما أنت فى حاجة الى رضاهما . قللى من أكل السمك والبيض فى هذا الشهر خوفا على صحتك . وفى عملك توجد بعض الصعوبات .

من ٢٠ فبراير الى ٢١ مارس (ظهرا)
يجب أن تقاومى هذا الخجل الذى يشعرك . لا تكشفى أوراقك كلها اتركى واحدة أو أكثر فى يديك ان الرجل لا يحب المرأة التى تبادؤه أحاسيسها . وابعدى ما أمكن عن السخرية والتهكم فقد ينتج عنهما سوء تفاهم لم تكونى تقصدينه . راقبى أعصابك ، انها فى حاجة الى عناية فائقة وراحة عملك ، لا تندفعى . تعلمى كيف تقفين عند حدودك .



جمال واقتصاد

ان كانت ترابيزة غرفة السفرة عندك مغطاة بلوح من البلور فلا داعى لتغطيتها بمفرش سفر كامل بل ان بساطة طقم السفر الامريكانى ذى القطع الصغيرة التى توضع عند الاطباق والمفرش الطويل فى المقصف (شمية دى مثل) يظهر جمال ترابيزتك ويزيد فى أناقتها وعلاوة على ذلك فان هذا الطقم لن يكلفك أكثر من متر ونصف من التيل عرض ٢٨٠ سم أو مترين ونصف من التيل عرض ١٨٠ سم . وتقدم اليك نموذجا مكبرا لمفرش الطبق حتى يمكنك نقل رسمه بواسطة عدد غرز الصليب (بوان دى كراوه) بسهولة . والشغل بالخيط الكتون برليه ويستحسن استعمال لون واحد للشغل يتناسب مع لون الوسط ونقل جزء بسيط منه لركن الفوط .



وبنت النيل تقـدم لك نموذجين من أجمل نماذج المخدات لاتكاء ضيوفك ، ويمكنك نقل الرسم بسهولة والشـغل بالخيط الصوف على قماش تيل سميك ..

زينى بيتك واريحى ضيوفك

لا بد أن يكون فى كل بيت من بيوتنا مجموعة من المخدات التى تستعمل فى غرفة الجلوس ، وهى فضلا عن أنها تريح الجالس على الكنب والفوتيلات فانها تزيد من جمال الصالون وأناقته وخاصة اذا ما كانت مطرزة برسم جميل وشغل يديك الجميلتين

غرفة نوم حديثة واقتصادية

غرف نوم حديثة واقتصادية

يميل الغلب مصممى اثاث المنزل الى البحث عن احسن تصميم يجمع بين الاناقة والاقتصاد فى نفس الوقت .. ونقدم اليك على هاتين الصفحتين غرفتى نوم اجتمعت فيهما الاناقة والبساطة والاقتصاد ..

أروع تصميم يجعل من قطعة واحدة ثلاث قطع يمكن استعمالها تسريحة وشيفونير لوضع البياضات ومكتب لزوجك فى نفس الوقت ، فاذا كان عنده عمل أمكنه انجازه وهو بجوارك دون أن يزعجك ويضطرك لترك السرير فى البرد كما أنه توفير في النور أيضا .



تسريحة بسيطة وأنيقة مع أنها لا تكلف سوى قطعة الخشب المغطاة بالمراية من تحت الستارة كدولاب والستائر حولها . ويلاحظ استعمال أسفل التسريحة للجزم والشباشب .

هذا السرير مفتوح من كل جوانبه . أى أنه عبارة عن قاعدة سوستة أو خشب ، ولكن المفرش الجميل الذى يكسوه أضفى عليه جمالا يفوق جمال السرير المكلف ذى الجوانب ، والمراية الموضوعة عند رأس السرير تزيده جمالا وهى مراية غير مثبتة به بل فى الحائط .



هل رأيت أجمل من هذا السرير ؟ ان جماله وبساطته تتمشى مع تسريحة الغرفة ويلاحظ عمل مفرش السرير من نفس قماش ستارة التسريحة .



بلوفر على شكل ضفاير

المواد اللازمة : ١٦٨ جرام من صوف باتونز بيهايف فنجرنج المصنوع بطريقة بيهايف المبتكرة لمقاومة الانكماش والتمدد – ٣ فتل – ابرتان – نمرة ١١ وابرتان نمرة ١٢ ماركة « كوين بى » – مجموعة من أربع ابر نمرة ١٢ مدببة من الناحيتين ٠

المقاسات : محيط الصدر ٨٠سم – الطول من أعلى الكتفين ٣/٤ ٤٨ سم – فتحة الكم ١/٢ ١٢ سم

قوة الشد : ٨ غرز و ١٠ سطور لمساحة ١/٢ سم ٠

الاصطلاحات : غ = غرزة٠ع = معدولة ٠ م = مقلوبة ٠ ★ ٠٠٠ ★ = رمز التكرار ٠ معا = غرزتان فى غرزة (٠٠٠) = الجزء المنحصر بين القوسين يشتغل لعدد المرات المذكورة ٠

الموديل

السطر الاول : يوجه الشغل ٣ع – ★ ١م – ٤ع – ١م – ١٢ ع – كررى من ★ الى أن يبقى ٩ع – ١م – ٤ – ع – ١م – ٣ ع ٠
السطر الثانى والسطور التالية الزوجية : م ٠

السطر الثالث : ٣ع – ★ ١م– اسلتى الغرزتين التاليتين على ابرة اضافية الى ظهر الشغل – ٢ع–٢ع من الابرة الاضافية (وستسمى‌هذه العملية فيما بعد ٤ ضفاير) – ١م – ١٢ع – كررى من ★ الى أن يبقى ٩غ – ١م – ٤ ضفاير – ١ع – ٣ع

السطر الخامس : كالسطر الاول
السطر السابع : كالسطر الثالث٠
السطر التاسع : كالسطر الاول ٠
السطر ١١ : كالسطر الثالث ٠

السطر ١٣ : ٢ع – ★ ١م – اسلتى الغرزة التاليةعلى ابرةاضافية الى ظهر الشغل –٢٠ع – ١م من الابرة الاضافية « وهذه العملية ستسمى فيما يلى ضفيرة خلفية »– اسلتى الغرزتين التاليتين على ابرة اضافية الى وجه الشغل – ١م – ٢٠ع من الابرة الاضافية « وهذه ستسمى صغيرة أمامية » – أم – ١٦ع – كررى من ★ الى أن يبقى ١٠غ – ١م – ضفيرة خلفية – ضفيرة أمامية – ١م – ٢ع –

السطر ١٥ : ١ع – ★ ١م – ضفيرة خلفية – ٢ع – ضفيرةأمامية – ١م – ٨ع – كررى من ★ الىأن يبقى ١١غ – ١م – ضفيرة خلفية – ٢ ع ضفيرة أمامية – ١م – ١ع –

السطر ١٧ : ★ ١ م – ضفيرة خلفية – ٤ ع – ضفيرة أمامية – ١م – ٦ع – كررى من ★ الى أن يبقى ١٢ غ – ١ع – ضفيرة خلفية – ٤ع – ضفيرة أمامية – ١ع ٠

السطر ١٩ : ★ ضفيرة خلفية – ٦ع ضفيرة أمامية – ١م – ٤ع– ١م – كررى من ★ الى أن يبقى –١٢غ – صغيرة خلفية –٦ع – ضفيرة أمامية ٠ **السطر ٢١ :** ٢ع ★ ٨ ع – ضفيرة أمامية – ١م – ٢ع – ١م – ضفيرة خلفية – كررى من الى أن يبقى ١٠ غ – ١٠ع

السطر ٢٣ : ١ع – ★ ١٠ ع– خلفية – كررى من ★ الى أن يبقى – ضفيرة أمامية – ٢ م – ضفيرة ١١ غ – ١١ ع – **السطر ٢٥ :** ★ ١٢ ع – ضفيرة أمامية – ضفيرة خلفية – كررى من ★ الى أن يبقى ١٢ غ – ١٢ ع ٠ **السطر ٢٧ :**
١٢ع – ١م – ٤ ضفاير – ١م – كررى من ★ الى أن يبقى ١٢ غ – ١٢ ع ٠

السطر ٢٩ : ★ ١٢ ع – ١م – ٤ع٠ – ١م – كررى من ★ الى أن يبقى ١٢ غ – ١٢ع ٠

السطر ٣١ : كالسطر ٢٧ ٠ **السطر ٣٣:** كالسطر ٢٩ ٠ **السطر ٣٥ :** كالسطر ٢٧ ٠

السطر ٣٧ : ★ ١م – ١٠ع – ١م – ضفيرة خلفية – ضفيرة أمامية كررى من ★ الى أن يبقى ١٢ غ – ١م – ١٠ع – ١م ٠

السطر ٣٩ : ١ع – ★ ١م– ٨ع – ١م – ضفيرة خلفية – ٢ ع – ضفيرة أمامية – كررى من ★ الىأن يبقى ١١ غ – ١م – ٨ع – ١م – ١ع ٠ السطر ٤١ : ٢ع– ★ ١م– ٦ ع – ١م – ضفير خلفية – ٤ع– ضفيرة أمامية – كررى من ★ الىأن يبقى ١٠ غ – ١م – ٦ع – ١م – ٢ ع ٠

السطر ٤٣ : ★ ضفيرة أمامية– ١م – ٤ع – ١م– ضفيرة خلفية– ٦ع – كررى من ★ الى أن يبقى ١٢ غ – ضفيرة أمامية – ١م –٤ع – ١م ضفيرة خلفية ٠ **السطر ٤٥:** ١ع – ★ ضفيرة أمامية – ١م ٢ع– ١م – ضفيرة خلفية – ٨ ع – كررى من ★ الى أن يبقى ١١ غ – ضفيرة أمامية – ١م – ٢ع – ١م – ضفيرة خلفية – ١ع ٠

السطر ٤٧ – ٢ع – ★ ضفيرة أماميه – ٢١م – ضفيرة خلفية – ١٠ ع – كررى من ★ الى أن يبقى ١٠ غ – ضفيرة أمامية – ٢١ م – ضفيرة خلفية – ٢ع ٠

السطر ٤٩ : ٣ع – ★ ضفيرة أمامية – ضفيرة خلفية – ١٢ع – كررى من ★ الى أن يبقى ٩ غ – ضفيرة أمامية – ضفيرة خلفية –٣ع
السطر ٥٠ : م ٠ السطور من ٣ الى ٥٠ تكون الموديل :

الظهر

بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ١١٠غ واشتغلى ٨٫٧٥ سم مضلع ١ع –١م وزودى ١٠ غ على السطر الاخيربأن تشتغلى مرتين فى كل غرزة حادية عشرة (١٢٠ غ)

انتقلى الى الابرتين نمرة ١١ والموديل وابدئى بسطر الموديل‌الاول سادس تال الى أن يتم شغل ١٣٤غ وكسمى للجنبين بأن تزودى سطر وادخلى الغرز الاضافية فى الموديل وأنت تشتغليها اشتغلى طوالى الى أن يصير مقاس الظهر ٣٠ سم عند الوسط ٠ وبوجه الشغل كسمى لحردتى الباط بأن تنقص ٧ غ عند بداية السطرين التاليين ثم اشتغلى ٢ غ معا عند كل نهايتى السطر التالى وسطرين سطر الى أن يبقى ١٠٢ غ ٠ اشتغلى طوالى حسب الموديل الى أن يصير مقاس الظهر ٤٧٫٥ سم ٠

وبوجه الشغل كسمى الكتفين‌بأن تنقصى ١٠ غ عند بداية الستة الاسطر التالية ٠ اقفلى باقى الغرز

الامام

اشتغلى كما اشتغلتى للظهر تماما الى أن يتم تكسيم حردة الباط (١٠٢ غ) اشتغلى طوالى الى أن يصير مقاس الامام ٤٠ سم ٠ وهنا قسمى‌للرقبة وهكذا : **السطرالتالى:** بوجه الشغل واشتغلى ٤٤ غ موديل دورى واتركى باقي الغرز على ابرة اضافية ٠

استمرى حسب الموديل على‌الـ٤٤ غ الاولى ونقصى غرزة عند حافة الرقبة وكل سطر بعد سطر الى أن يبقى ٣٠ غ ٠ اشتغلى بضعة سطور طوالى الى أن يضير مقاس الامام كمقاس الظهر ٠

وبوجه الشغل كسمي للكتف بأن تنقصي ١٠ غ عند بداية السطر التالي ثم السطرين التاليين سطر بعد سطر .

حافة الرقبة :

أوصلي الصوف الى باقي الغرز عند حافة الرقبة – اقفلي الـ ١٤ غ الوسطى قفلا رخوا، ثم اشتغلي الـ ٤٤ غ الاخيرة لتلائم الاولى.

الاكمام

بالابرتين نمرة ١٢ ابدئي ٨٠ غ واشتغلي ٣ر٧٥ سم مضلع ١ع – ١م وزودي ٤ غ بالتساوي بعرض السطر الاخير (٨٤ غ)

انتقلي الى الابرتين نمرة ١١ واشتغلي موديل كالظهر – ابدئي أول سطر موديل وكسمي للجنبين بأن تزودي ١غ عند كل من طرفي السطر الثالث وكل سطر رابع تال الى أن يتم شغل ٩٦ غ وادخلي الغرز الاضافية في الموديل وأنت تشتغليها اشتغلي طوالي الى أن يصير مقاس الكمين ٥ر١٢ سم .

وبوجه الشغل كسمي للاعلى بأن تنقصي ٥ غ عند بداية السطرين التاليين ثم اشتغلي ٢ ع معا عند بداية كل سطر الى أن يبقى ٤٨ غ ثم عند كل من نهايتي كل سطر الى أن يبقى ٢٢ غ – اقفلي

بنصة الرقبة

أوصلي خياطة الكتفين . وبوجه الشغل ومجموعة الاربع الابر نمرة ١٢ القطي واشتغلي ٤٣ غ الى أعلى الجنب الايمن للرقبة من أسفل الركن الايمن الى خياطة الكتف و ٤٥ غ بعرض ظهر الرقبة و٤٣غ من أسفل الجنب الايسر الى الركن الايسر . اشتغلي للخلف وللامام على هذه الغرز بشغل مضلع ١ع – ١م ١٧ سطرا . اقفلي بمضلع .

التركيب

اكوى القطع كيا خفيفا على الظهر تحت قطعة قماش مبللة . أوصلي خياطة الجنبين والاكمام وركبي الاكمام ركبي مضلع يسار الامام على الجهة اليسرى لتلائم الطرف المقفول عند الوسط وخيطيه خياطة نظيفة الى الشغل الرئيسي . اكوى الخياطة .



ها قد دخل طفلك الشهر الرابع من عمره المديد وأصبح يملأ المنزل بضجيجه وصيحاته البريئة ويهتم هو بكل مايدور حوله محاولا التقاط أى شيء بيديه الصغيرتين . لقد أصبح طفلك قادرا على أن ينهض بنفسه على ذراعيه ويمكث مدة على هذا الوضع ان جسمه بدأ يكتسب صلابة وقوة تجعل الطفل لا يكف عن الحركة .

وفي الشهر الرابع يقل نوم الطفل عن ذى قبل فلا ينام طيلة فترات ما بين الاكل بل يظل مستيقظا في أغلب الاحيان يلهو ويلعب وفترات اللعب هي أسعد فترات يومه .

غذاء الطفل

لقد أصبح طفلك يجيد عملا دون علمك ألا وهو البلع مع انتظام نفسه براحة وهدوء ولذلك تبدأ الامهات في هذا الشهر باعطاء الطفل بعض المأكولات الجامدة فالسوائل لم تعد تكفي وحدها .

وأول ما يجب اعطاءه للطفل من غذاء في الشهر الرابع هو الحبوب ومنتجاتها والخضروات البوريه وأهمية الحبوب ترجع الى احتوائها على المواد الغذائية والفيتامينات المختلفة التي تساعد على نمو جسم الطفل وتقويته وأهمها البروتينات والفوسفور والحديد وفيتامين ب وتجدينها في الذرة والقمح والشعير والعدس وفضلا عن قيمة الحبوب الغذائية فانها تفيد الطفل بأن يعتاد على تقبل جميع أنواع الطعام مما يخفف على الامهات متاعب الاكل مستقبلا .

وتوجد في السوق مختلف أنواع الحبوب في علب في شكل بودرة أو مفتتة لقطع صغيرة جدا مثل الكوياء مما يسهل عملية طبخها وهضمها للطفل وطريقة عمل هذه المأكولات سهلة فعليك أن تضيفي قليلا من اللبن أو الماء المقطر عليها وتذيبيها حتى تصبح « بوريه » خفيفا جدا وكأنها سائل ثقيل أي سميك .

والطريقة الصحيحة لاطعام الطفل هذا النوع من الغذاء هو أن تجلسيه نصف جلسة مسندة ظهره على ذراعك رافعة رأسه بقدر الامكان ليتناول طعامه بواسطة ملعقة صغيرة يوضع الاكل على حرفها واذا رفض الطفل تناول طعامه بهذه الطريقة فلا بأس من أن تزيدي في سيولته وتضعيه في البيبرون التي يوسع طرفها حتى ينفذ الطعام الذي يأخذه الطفل بطريقة المص من البيبرون .

واذا رفض الطفل هذا اللون الجديد من الطعام عليه اتركيه مدة ثم أعيدي الكرة ولابد أن يقبل في النهاية .

ويستحسن أن يتناول الطفل هذه الوجبة من الغذاء قبل رضعة اللبن وذلك حتى يقبلها بسهولة لجوعه وادخال طعام البوريه على غذاء طفلك لا يعني استغناءه عن لبن ثدى أمه ان كانت قادرة على ذلك بل على العكس هذا اللبن يزيده قوة ويفتح شهيته على الاكل بجميع أنواعه . والطفل يحب السكر والنشاء لذلك اكثرى له من عمل المهلبية والبلوزة ويستمر الطفل في تناول عصير البرتقال والزيت المقوى بنفس كميات الشهر السابق .

مبادىء عامة للمحافظين

الطفل يزداد صحة يوميا عن يوم وبالتالي تضيق ثيابه الاولى فلا تستهيني بهذا الامر وتستمرى بالباس طفلك هذه الثياب الضيقة اذ أنها تعرقل حركة الدم وفي هذا ايذاء لصحته ويجب أن تكون ثيابه واسعة مريحة .

وبعض الامهات يبالغن في عدد الثيات التي يلبسنها لاطفالهن لغرض تدفئتهم وهذه المبالغة قد تضر ضررا كبيرا في صحة طفلك اذ أن كثرة الملابس يترتب عليها زيادة كبيرة في التدفئة وكما تعلمين ان الحر الشديد قد يؤذى الطفل أكثر من البرد فهو يعرق من كثره ما عليه من ثياب فاذا ما جاء ميعاد تغيير هذه الملابس لفحه برد قد تؤذيه . ان خير الامور الوسط .

ونفس الملاحظة السابقة تنصب على اكثار بعض الامهات الامهات في تغطية أطفالهن عند النوم ، ومنهن من تلف ابنها بالبطانية وتضيق عليه الحصار والامر لا يستدعى كل ذلك في هذه المرحلة اذ أن الطفل في الشهر الرابع لايقوى على الحركات التي تؤدى لنزع الغطاء من عليه .

والنوم على ظهره باستمرار يؤدى الى أن يصبح رأسه مستطيلا من الخلف نظرا لان عظامه مازالت مرنة لينة . لذلك يستحسن أن يرقد الطفل تارة على جانبه الايمن وتارة على الايسر وأخرى على ظهره وأخيرا لا تنسى الاستمرار في حمامات طفلك وحمامات الشمس ونزهته يوميا كما بينت لك في الشهور السابقة .

البرنامج اليومي

الساعة ٦ صباحا : وجبة غذاء لبن ..

الساعة ٨ ونصف صباحا : زيت مقوى وعصير برتقال .

الساعة ٩ وربع : تمرينات رياضية ولعب ربع ساعة ثم حمام

الساعة ١٠ صباحا : وجبة غذاء من الحبوب ثم اللبن .

الساعة ٢ بعد الظهر : وجبة غذاء من اللبن ..

الساعة ٥ ونصف : زيت مقوى وعصير برتقال أن شاء الطفل وقبله

الساعة ٥ و٤٥ دقيقة : فترة لعب للطفل لتنمية ذكائه ونشاط الدورة الدموية .

الساعة ٦ مساء : وجبة غذاء من اللبن .

الساعة ١٠ مساء : وجبة غذاء من اللبن ان شاء الطفل وقبل .

حمامات الشمس في الصباح والنزهة في الصباح وبعد الظهر ان كان الطقس ملائما ..

زوجات اليوم

قالت ليلى لزوجها :

– أراهنك يا شكرى أنك نسيت أن تأخذ الدواء ..

لقد تضايق شكرى من هذه الملاحظة . ذلك أنه وزوجته يتناولان الغداء لاول مرة عند صديقين جديدين . لقد تعمد شكرى أن يترك دواءه فى المنزل ؛ فيقول لزوجته فى لهجة المطمئن :

– ان عدم تناولى الدواء مرة لن يضرنى الى هذا الحد .

ولكن ليلى لا تترك الموضوع ينتهى بهذه السرعة .. انها الفرصة لتتحدث عن صحة زوجها وعن عنايتها به وعن اهماله الشديد .. انها ترعاه « كطفل صغير » ثم تضيف :

– أنا أعلم أنك لن تموت لنسيانك الدواء مرة . ولكنى أخشى على أمعائك ، فهى ضعيفة ، بل ضعيفة جدا ..

فيقول لها شكرى :

– أرجوك أن تتركى الحديث الآن عن شخصى الضعيف .

ولكن ليلى لا تسكت . انها فى هذه المرة تستشهد بمضيفيها وتوجه اليهما الحديث فى هذه المرة فتقول شاكية :

– كم أود ألا تأخذ دواءك .. ولكن عندما تمرض فلن تجد غيرى للعناية بك . هل تنسى الشتاء الماضى عندما أبيت أن ترتدى ملابسك الداخلية المصنوعة من الصوف ؟ لقد كانت النتيجة أسبوعا فى الفراش . أما اليوم فانك ترتدى هذه الملابس بالرغم عنك .. ولكنك ترتديها والسلام .

ويحاول شكرى جاهدا أن يغير الحديث لعلمه أنه يضايق مضيفيه ، غير أن ليلى لن تترك الميدان الا بعد أن تنفد ذخيرتها كلها .

واذا نظرنا الى شكرى ألفيناه شخصا قوى البنية، صحيحا لا ينطبق عليه وصف زوجته التى تريد أن تصنع من الحبة قبة والتى ترغب فى أن تبدو فى أعين صديقيها الجديدين المرأة المخلصة العارفة بواجباتها الزوجية .

ولكن هذا الاخلاص الزائد عن حده يضايق الزوج .. يضايقه الى حد الانفجار .. انه يفضل فى مثل هذه الاحوال أن يكون متزوجا بامرأة مهملة .. لقد تحطمت أعصابه من كثرة اللوم الذى كاد يمزق أذنيه .. فاذا أصيب بزكام خفيف بادرته زوجته بقولها : لو استمعت الى نصيحتى وارتديت معطفك ووضعت كوفيتك حول عنقك لما حدث لك كل ما حدث .

ولا تكتفى ليلى بكل ما تقدم . انها لا تكتفى بأن تكون الزوجة المثالية ، بل تريد أيضا أن تكون صديقتها مثلها . وتتهمها بالاهمال ان هى تركت زوجها يعتنى بصحته كما يرى هو لا كما ترى هى . فتجيبها صديقتها : لقد بلغ زوجى سن الرشد وعليه وحده أن يراقب صحته ويعتنى بها . ثم أعتقد أن زوجى لا يقل صحة عن زوجك . وهو اذا مرض ، فانى أبذل له العناية الكافية ولا أفتح له موضوع مرضه هذا اذا ما شفى .

ان ليلى فى حاجة الى صديقة تعالجها من مرض مضايقة زوجها بالعناية الزائدة به . لقد أصبحت لا تطاق . ان زوجها يهرب منها . فهل من صديقة تعيدها الى صوابها ؟



النمرة غلط :

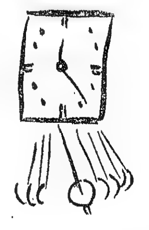
يجب أن نتأكد من صحة رقم التليفون الذى نطلبه والا تعرضنا لسماع هذه العبارة بلهجة جافة : « النمرة غلط » . اننا فى هذه الحالة نكون قد أزعجنا انسانا ودفعنا مكالمة تليفونية دون أن ننتفع بها . لذا وجب علينا الا نثق كثيرا فى ذاكرتنا . ان دليل التليفون موجود ، وهو على استعداد لان يعين لنا الرقم الذى نريده . ولنكتب أيضا فى مذكرتنا الارقام التى نكون فى حاجة اليها أكثر من غيرها .



الساعة الدقاقة :

لا شك أن عندك فى المنزل ساعة دقاقة . انها فى حاجة الى أن تملأ مرة فى الاسبوع على الاقل والا توقفت وصعب عليك بعد ذلك ضبط دقاتها على الساعة .

ان أكثر ما يضايق ضيفك هذه الساعة التى تدق على غير هدى أو الساعة التى تقدم ربع أو نصف ساعة . انها تشعره بأنك تتعجلين انصرافه .



مذكرة مفيدة :

ان ذاكرتك ضعيفة ، وخاصة فى حفظ أسماء الاعلام . لقد عرفوك فى الاسبوع الماضى بسيدة . اسرعى بكتابة اسمها فى مذكرتك اكتبى أيضا أين وكيف تعرفت بها ان هذه التفاصيل تنفع . عودى الى هذه المذكرة فى أوقات فراغك واستذكرى الاسماء المدونة بها حتى اذا تقابلت مع أصحابها فى يوم من الايام واضطررت الى مناداتهم باسمائهم سهل عليك ذلك وأنقذت نفسك من الاحراج .



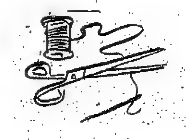
الخطابات المؤرخة :

تحتم عليك قواعد الايتيكيت أن تؤرخى خطاباتك والا أتهمت بأنك تريدين التهرب من المؤاخذة . فهناك سيدات يتهربن من كتابة التاريخ عمدا حتى لا يعرف الشخص المرسل اليه الخطاب تاريخ الارسال فيستطعن بذلك القول بأنهن أرسلنه منذ أسبوع وأن البريد هو المقصر .



الخياطة :

ان عددا كبيرا من النساء يذهبن الى الخائطة فى آخر لحظة ليطلبن اليها أن تفصل ثوبا يجب أن يرتدينه بعد ثلاثة أو أربعة أيام على الاكثر ان مثل هؤلاء النساء أنانى . لان الخائطة سوف تضطر الى العمل ليل نهار والى اهمال زبائن آخرين ان قواعد الايتيكيت تحتم عليك ألا تتركى هذه الاشياء لاخر لحظة والا أتهمت بأنك مهملة . والاهمال صفة لا يحبها الرجال فى النساء .



طوابع البريد :

هذا المظروف الثقيل الذى لصقت عليه طابع بريد من فئة العشرة مليمات قد يصل الى المرسل اليه مغرما . ان ادارة البريد لها تسعيرة معينة لكل ثقيل . وخيرلك فى هذه الحالة أن تذهبى الى مكتب البريد فى حيك وتطلبى الى العامل المختص أن يزن المظروف ويحدد لك عدد الطوابع الواجب الصاقها . والا فسيضطر المرسل اليه أن يدفع الفرق مضاعفا أو أن يرفض إستلام الخطاب .



المصافحة باليد :

يجب على الرجل أن ينتظر السيدة لتمد له يدها عند التصافح . وعلى السيدة الشابة أن تمد يدها لسيدة تكبرها سنا . كذلك المرؤوس يجب أن ينتظر أن يقدم رئيسه يده . وعلى أى حال فان لهذه القاعدة شذوذا . غير أنه من المتبع أن يقدم الكبير يده قبل الصغير وأن تقدم السيدة يدها قبل الرجل



عند تقديم العزاء :

ان ارتداء الملابس السوداء غير محتم دائما لتقديم العزاء لاسرة المتوفى . ويكفى السيدة فى مثل هذه الاحوال ارتداء الملابس القاتمة وعدم وضع أصباغ على الوجه والامتناع عن ارتداء الحلى . وعلى الرجل أن يرتدى كرافات غامقة .

طقطوقة السجاير :

يجب أن يبحث المدخن عن الطقطوقة قبل أن يشعل سيجارته ليتفادى بذلك سقوط الرماد على السجاد أو الارضية الخشبية النظيفة .

واذا كان المدعوون يدخنون وهم على المائدة بعد الفراغ من الطعام فيجب أن توضع بين كل مدعوين طقطوقة . ان منظر أعقاب السجائر وأعواد الثقاب والرماد فى الصحون كريه جدا ، وخاصة للشخص الذى يقوم بتنظيفها .

العنوان واضح :

يجب أن تكتبى عنوانك بوضوح فى آخر الخطاب . وان كنت تحبين التوقيع باسمك بطريقة غير واضحة فلابد أن تكتبى اسمك تحت هذا التوقيع بخط مقروء .



كيف تصنعين صنية السمك

المقادير :

١ر٥ أقة سمك كبير مثل الوقار أو قشر بياض كبير
١ر٥ رطل طماطم
١ر٥ رطل بصل
قليل من الكمون المدقوق
١ ـ ٢ رأس توم
عصير ليمون ـ ملح وفلفل
٢ حزمتان مقدونس مفروم
قطعة من الكرفس مفرومه
زيت للتحمير ٠

الطريقة :

١) نظفى السمك واغسليه جيدا ثم قطعيه الى قطع مناسبة ثم يتبل فى الملح والفلفل وعصير الليمون ٠
٢) افرمى البصل رفيقا ثم حمريه فى الزيت وقرب مرحلة التحمير أضيفى له الثوم بعد دقه مع الكمون والكرفس والمقدونس ٠
٣) أضيفى عصير الطماطم ٠ تغلى على النار مدة عشر دقائق حتى تغلظ الطماطم قليلا ثم ترفع على النار ويضاف لها الفلفل وقليل من الملح ويضبط الطعم ٠
٤) صفى نصف هذه الخلطة فى صينية أو طاجن ثم رصى فوقها قطع السمك ثم غطى بباقى الصلصة ٠
٥) قطعى مقدار من الطماطم الى حلقات ويرص فوق السمك ٠
٦) توضع فى فرن هادئة وتترك حتى تنضج
٧) تقدم للاكل ساخنة أو باردة ٠

صنية الجزر بالبشاميل

صنف لذيذ غنى بالفيتامينات ٠

المقادير

١ أقة جزر افرنكى كبير
١ رطل لبن
١ معلقة شوربة كبيرة دقيق
١ ملعقة شوربة كبيرة سمن
٢ بيضتان
١/٢ رطل لحم عصاج
قليل من مبشور الجبن الرومى اذا رغب أو بقسماط ٠

الطريقة :

١) نظفى الجزر بكحته كالمعتاد ثم اسلقيه فى كمية قليلة من الماء حتى ينضج ثم ينشل من ماء السلق ويترك حتى يبرد ثم قطعيه الى شرائح سميكة نوعا ٠
٢) اعملى صلصة البشاميل بوضع السمن على النار حتى يتحلل ثم أضيفى الدقيق ويقلب على نار هادئة لمدة ثلاث دقائق مع ملاحظة عدم تغير لونه ثم يرفع من على النار ٠
٣) أضيفى اللبن جزء بجزء مع التقليب السريع حتى لا تتكون كلاكيع وحتى تنتهى كمية اللبن ٠ ثم أضيفى الملح وقليل من الفلفل واضبطى الطعم ٠
٤) ادهنى صينية جيدا بالسمن ثم ترش بجزء من البقسماط ، وضعى فيها نصف كمية صلصة البشاميل ، ثم نصف كمية الجزر ثم العصاج ثم باقى الجزر ٠
٥) مبشور الجبن الومى أو البقسماط ، وفى حالة استعمال الاخير رشى فوقه قليل من السمن السائح
٦) ضعيها فى فرن متوسط وتترك حتى يحمر الوجه
٧) تقدم للاكل ساخنة بعد زخرفة سطحها بقطعة من المقدونس ٠

ملحوظة :

اذا اردت عمل هذا الصنف من الاصناف الحلوة فاستبدلى العصاج بالمكسرات وحلى صلصة البشاميل بما يكفى من السكر مع وضع نقطتين من الفانيليا ، واسلقى الجزر فى قليل من محلول سكرى مكون من ماء وسكر ٠



موز بالكريمة شانتيه

من أصناف الحلو اللذيذة المغذية ، وهو صنف مستحب جدا لا سيما عند الاطفال كما أنه سهل العمل .

المقادير :

٤ أصابع موز كبيرة ناضج
٥ ملاعق كبيرة سكر بودرة
١ كوب كريمة
عصير نصف ليمونة
كمية من اللوز المحمص المقشر
كمية من الكريز المسكر

الطريقة :

١) اختارى الموز ناضجا جدا ليسهل عليك هرسه ثم اهرسيه جيدا مع السكر وعصير الليمون .

٢) اضربى الكريمة حتى تغلظ وتصير هشة وتتحول الى « كريم شانتيه » ،ثم اضيفيها الى الموز المهروس وتقلب بخفة

٣) صبى الخليط فى كاسات زجاجية بشكل هرمى ، وزخرفى سطح كل واحدة بوحدات من أنصاف اللوز المحمص وقطعة من الكريز المسكر كما هو موضح بالرسم .

٤) اتركيها فى الثلج لحين التقديم

تورتة الشيكولاته

مقادير التورتة :

٤ بيضات   ٤ أوقيات زبدة
٤ أوقيات سكر بودرة   قليل من الفانيليا
٦ أوقيات دقيق
٢ ملعقة شاى خميرة بيكنج بودر
١٫٥ معلقة كبيرة مسحوق شيكولاتة أو كاكاو
٣ ملاعق كبيرة ماء بارد

مقادير حلوى الزبد للزخرفة والحشو :

٤ أوقيات زبدة   ٢ بيضتان
٢ أوقيات سكر بودرة
١ أوقية شيكولاتة

الطريقة :

١ ـ اضربى الزبدة مع السكر جيدا حتى يصير هشا خفيفا
٢ ـ افصلى صفار البيض من الزلال ، ثم أضيفى الصفار الى مريج السكر والزبد ويضرب الجميع جيدا
٣ ـ أنخلى الدقيق والخميرة ثم أضيفى جزء بجزء الى الخليط السابق ، ثم أضيفى الفانيليا ومسحوق الشيكولاته
٤ ـ أضيفى الماء البارد وتمزج العجينة جيدا
٥ ـ اضربى زلال البيض جيدا حتى يجمد ثم يضاف الى الخيط السابق واحذرى الضرب
٦ ـ صبى العجينة فى صنيتين صغيرتين ذات ارتفاع قصير بعد دهنهما جيدا بالسمن
٧ ـ تجبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج تماما ،



تقلب التورتة على منخل سلك حتى تبرد تماما لليوم التالى ، وتزخرف بحلوى الزبد الآتية :

حلوى الزبد بالشيكولاته :

١ — اضربى البيض مع السكر وسلطانية فوق حمام مائى مع استعمال المضرب السلك حتى يبيض المزيج وتغليظ قوامه

٢ — اضربى الزبدة بمفردها فى سلطانية حتى تصير خفيفة ثم أضيفى اليها مزيج البيض والسكر تدريجيا مع التقليب حتى تمزج تماما وتصير كتلة هشة متماسكة

٣ — أديبى الشيكولاتة فى قليل جداً من الماء على نار هادئة لتلين وتصير كالعجينة ثم يضاف عندما تبرد الى المزيج السابق وتقلب حتى يتلون بالدرجة المطلوبة

زخرفة التورتة :

١ — ضعى الكعكتين فوق بعضهما وبينهما جزء من حلوى الزبد السابقة

٢ — غطى سطح التورتة وجوانبها بالحلوى وتساوى جيدا بسكين مفلطح

٣ — ضعى كمية من حلوى الزبد فى كيس الحلوى مركب عليه بلبلة شريط عريض وزخرفى بها حول التورتة بالشكل الموضح بالرسم أو بأى شكل آخر يروق لك

٤ — ضعى التورتة فوق طبق مسطح مفروش بورقة دانتيل وتقدم للشاى كما هو موضح بالرسم .

بودنج بنت النيل

المقادير :

١ رطل لبن — ١/٣ كوب فتات خبز افرنكى

مبشور قشر ليمونة أو فانيليا

نصف أوقية زبدة — نصف أوقية سكر

٢ بيضتان

من ٢ — ٣ ملاعق مربى الفراولة أو المشمش

الطريقة :

١ — اغلى اللبن واتركيه حتى يهدأ وعندما يصير دافئا نوعا

٢ — ضعى فتات الخبز فى سلطانية واضيفى له الزبدة ومبشور قشر الليمونة أو الفانيليا والسكر ثم صبى فوقه اللبن الساخن واتركيه لمدة نصف ساعة

٣ — افصلى صفار البيض عن زلاله ، واضربى الصفار ثم أضفيه الى خليط اللبن وفتات الخبز ويقلب الجميع .

٤ — صبى الخليط فى طبق فرن مدهون جيدا بالسمن ويخبز فى فرن متوسط الحرارة لمدة حوالى نصف ساعة أو لحين أن يتماسك البودنج

٥ — ينزع من الفرن وافردى فوقه طبقة من المربى

٦ — اضربى زلال البيض ضربا جيداحتى يتجمد ثم أضيفى له حوالى أوقية ونصف سكر بودرة ويمزج جيدا ثم ضعى هذا الخليط فى كيس الحلوى مركب عليه بلبلة كبيرة وابدئى بزخرفة سطح البودنج بعمل وحدات متقاربة بعضها ببعض من هذا المرانج فوق سطح المربى ثم رشيها رشا خفيفا بقليل من سكر السنترفيش .

٧ — تعاد البودنج الى فرن متوسط الحرارة حوالى ربع ساعة حتى يتجمد المرانج ويصفر لونه

٨ — تقدم للاكل ساخنة أو باردة

طعامك فى ديسمبر



السبت أول ديسمبر ٥٦ : لحم بالدمعة ، قلقاس بالخضرة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة .



الاحد ٢ ديسمبر ٥٦ : كوسه مكموره ، أرز مفلفل ، مخلل ، صينية بطاطة ، فاكهة



الاثنين ٣ ديسمبر ٥٦ : حساء العدس ، عدس مطبوخ ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة .



الثلاثاء ٤ ديسمبر ٥٦ : فاصوليا خضراء مكمورة ، صينية مكرونة بالبشاميل ، سلطة خضار ، فاكهة .



الاربعاء ٥ ديسمبر ٥٦ : كفته بالدمعة ، محشو الكرنب ، مخلل ، فاكهة .

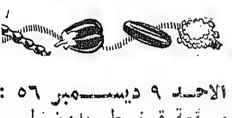


الخميس ٦ ديسمبر ٥٦ : سبانخ مكموزه ، أرزمفلفل ، سلطة بنجر ، فاكهة .



الجمعة ٧ ديسمبر ٥٦ : سمك مقلى أو صينية سمك ، كزبرية بالارز ، سلطة خضر فاكهة .

السبت ٨ ديسمبر ٥٦ : لحم بالدمعة ، خبازه ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة .



الاحد ٩ ديسمبر ٥٦ : مسقعة قرنبيط بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة .



الاثنين ١٠ ديسمبر ٥٦ : طعمية ، سلطة طماطم ، صينية قرع عسلى .



الثلاثاء ١١ ديسمبر ٥٦ : بازلاء خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة .



الاربعاء ١٢ ديسمبر ٥٦ : بطاطس مكمورة ، أرزمفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة .



الخميس ١٣ ديسمبر ٥٦ : صينية الجزر بالعصاج والبشاميل ، لحم بفتيك ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



الجمعة ١٤ ديسمبر ٥٦ : كفتة لحم بالدمعة ، صينية سبانخ بالبيض ، سلطة طماطم ، فاكهة .



السبت ١٥ ديسمبر ٥٦ : لوبيا جافة بالسلق ، لحم بالدمعة ، أرز مفلفل ، فاكهة .

بنت النيل في شئون منزلك

المحافظة على الصوف :

س : كيف أجتنب انكماش الصوف عند غسله ؟

ج : يمكنك أن تحافظى على ملابسك الصوفية لأطول مدة ممكنة بدون انكماشها اذا غسلتها بالطريقة الصحيحة مع ملاحظة الآتى :

١ ـ استعمال ماء فاتر واجتناب الماء الساخن .

٢ ـ استعمال مذوب الصابون ويكون بكمية قليلة بقدر الامكان لأن كثرة الصابون من أكبر العوامل التى تسبب انكماش الصوف .

٣ ـ لاحظى السرعة فى غسله .

٤ ـ استعملى ماء فاتر فى الشطف واشطفيه مرات عديدة حتى يزول الصابون تماما .

٥ ـ اعصريه بالضغط بين يديك ثم اعصريه فى بشكير أو ملاءة لتتخلصى من جميع الماء .

٦ ـ أنشريه فى الهواء الطلق ولابد أن يكون صحوا لأن برودة الجو تساعد الى أكبر حد على انكماش الصوف .

٧ ـ الصوف التريكو يجفف بوضعه على منضدة ويساوى ليأخذ شكله الطبيعى فاذا لاحظت هذه النقط تأكدى من عدم انكماش الصوف .

تنظيف وتطهير أحواض المطبخ :

س : كثيرا ما لاحظت تصاعد رائحة كريهة من حوض المطبخ وحوض غسيل الايدى فما سبب ذلك ؟ وكيف أتغلب على هذه الظاهرة ؟

ج : هذه الرائحة لا بد وأن تكون نتيجة لأقذار متراكمة فى البالوعة فحاولى ازالة هذه الاقذار بصب كمية كبيرة من الماء المغلى المذاب فيه كمية كبيرة من بوتاسا الغسيل ، فذلك يعمل على اذابة الاقذار والمادة الدهنية المتراكمة ، فاذا لم تزل الرائحة بعد ذلك فحاولى فك ماسورة الحوض السفلية ذات الشكل الملتوى فتظهر لك الاقذار أو أى شىء متخلف يكون المتسبب فى هذه الرائحة .

ولاجتناب ذلك مستقبلا لاحظى اجراء هذه العملية كل أسبوع فتأمنين على سلامة البالوعة وعدم سدها أو عدم تراكم أى أقذار بها .



● من مزايا الطيبة وصفاء النفس انهما تضفيان جمالا على أقبح الوجوه ، فما بالك أن يتمتع بهذه الصفات جميل الوجه .

● يخطىء القلب كما يخطىء العقل ولكن عواقب أخطاء القلب أكثر خطورة .

● اتضح أن نسبة الوفيات بمرض القلب عند النساء أقل بكثير من الرجال وقيل أن سبب ذلك يرجع الى أن المرأة لا تستعمل قلبها كثيرا .

● وراء كل عذاب دموع وظلم وقد تكون أنت الظالم لنفسك .

● جاء على لسان جوان بروست الكاتب القصصى أنه يطلب الافصاح عن كل شىء مهما كان مؤلما .

● قال الفريد دى موسيه : « فى كل رجل تكن قوتان تتنازعانه حتى الموت احداهما ارادة تتعلق بالواقع وتزنه وتحكم على الماضى اما الاخرى فهى متعطشة للمستقبل وتدفعنا نحو العالم المجهول دون تريث أو تفكير » .

● هناك نساء لايمكنك الاستماع اليهن ا لا بعين واحدة .

● وهناك نساء ذوات حساسية زائدة مستمرة وخاصة للاغراء لدرجة أنك لن تجرؤ على عدم مغازلتهن .

● من شذوذ عقلية الرجال أنهم يخلقون المتاعب والالام لانفسهم وقد شبه الفريد دى موسيه عقل الرجل بسجن التعذيب وقد امتلأ بالآت التعذيب .

● هناك ثلاثة انواع للجهل : أن لاتعرف شيئا أو أن تخطىء من فهم شىء أو أن تعرف شيئا غير الذى يجب أن تعرفه .

● لا تطلب من الآخرين الا أقل عما أنت على استعداد لتقديمه اليهم .

● قال مونتسكيو : « المغرم يحس ولا يرى » أما الفيلسوف الساخر فولتير فقد وصف الحب قائلا : الحب هو خلال للطبيعة الجنسية نضفى عليه جمالا فى خيالنا » .

● من المتعذر أن تقطع علاقتك بمن لم تعد تحبها .

● لا تستهن بالمرأة فهى وان كانت بغير دفاع الا أنها تتمتع بقوة خارقة لمهاجمتك .

● المظهر الذى نحاول الظهور به أمام الناس يدل على أننا ندرك ما يجب علينا أن نتحلى به من صفات حقيقية .

● لا تخف من المجنون الذى يعترف بجنونه فهو عاقل بعض الشىء اما المجنون الذى يعتبر نفسه عاقلا فهذا هو المجنون الخطر .

« مثل هندى »

● قد يتحطم قلب المرأة مرة ومرتين .. ولكنها لاتستطيع مع ذلك مقاطعة الحب .. لانه يجرى مع الحياة فى دمها !

● قد تغفر لك المرأة جميع اخطائك ماعدا تجاهلك لانوثتها .. فهو الخطأ الذي لاتنساه لك امرأة !

● المرأة العظيمة هى التى كلما اقتربت منها احببتها .. والمرأة التافهة هى التى كلما اقتربت منها زهدتها ..!

● لايموت الحب فى قلب المرأة لانه غايتها فى الحياة .. لايعمر الحب فى قلب الرجل لانه وسيلته فى الحياة ..!

● فى حياة كل رجل حلمان عن المرأة .. حلم عن امرأة يحترمها .. وحلم عن امرأة يشتهيها وقد يحقق حلمه الاول بالزواج .. بينما يظل الحلم الثانى يطارد خياله مدى حياته ..!

● عرفت الانانية طريقها الى قلب المرأة يوم خفق لاول مرة بالحب .. فاذا وجدت المرأة التى تستطيع ان تحبك دون ان تطالب بامتلاكك .. فثق انها ليست امرأة .. انها قديسة ..!



الشعر والعقل

الشعر هو لغة العاطفة .. بدا حين بدأ توقيعا وموسيقى .. والموسيقى هى نغمات النفس تترجمها الاوتار أو يترجمها الناى وما اليه. وقد قيل أن الشعر فى أوله كلام انتظم على نغمه ، ثم اتخذ لنفسه نغمات أخرى أصبحت أوزانا .. فالشعر اذن هو الموسيقى التى اتخذت الكلام اداة لها بدلا من الوتر أو الناى . والموسيقى خلجات نفس، وكان يجب أن يظل الشعر أيضا حديثا نفسيا ، فهو ان قيل فى مديح أو هجاء أو غزل او تشجيع على حرب أو غير ذلك من أغراضه انما يبين عن شعور قائله . مهما يكن هذا الشعور غير متفق مع المنطق السليم ..

ولا أعيب على الشعراء السابقين انهم كانوا يستجدون بالشعر .. فالحاجة الى المال قد تكون فى ذاتها باعثا ، فالشاعر من هؤلاء كان يرى نفسه فى حاجة الى مال فيتخيل ان ممدوحه رجل كريم ، ثم يمدحه ويصل بهالى ذروة المجدثم يستجديه فان لم يكن الممدوح كذلك حقا فان الشاعر أراده على هذه الصورة ..

على أية حال فقد أمحى هذا النوع من الشعر المستجدى ، وأصبح الشعر فنا حرا أو اصبح يستطيع أن يكون فنا حرا .. فهو خلجات النفس فى الفاظ موزونة مقفاه . وقد يعدو العقل حينا على العاطفة كما تعدو العاطفة كثيرا العقل . ونستطيع أن نغتفر الشعر العقلى مرة أو مرتين فى الديوان الواحد، ولكن من العسير علينا أن نغتفر ديوانا كاملا يقوم على الشعر العقلى.

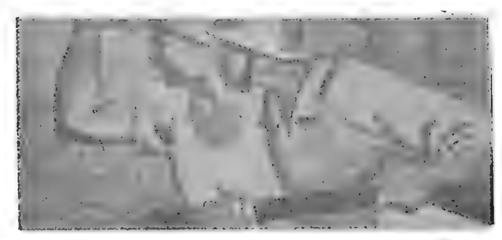
« ثروت أباظه »



نكتة الموسم

ايدن ايدى بتاكلنى
موليه : لازم حتسلم





كفاح الشعب .. مع الجيش .. للفنان بيكار

◆ قرر اتحاد النقابات الفنية فصل جميع لاعضاء الرعايا الانجليز والفرنسيين واليهود من الاستديوهات والشركات الفنية ودور المسارح

◆ قام المخرجون : محمد كريم واحمد بدرخان وصلاح أبو سيف وعاطف سالم وفطين عبد الوهاب باعداد مجموعة من الافلام السينمائية القصيرة بعنوان «الشعب فى المعركة»



أم كلثوم فى المعركة

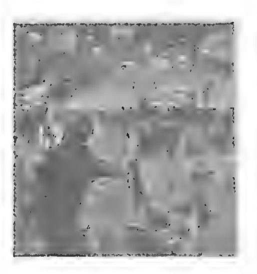
نزلت لتلهب القلوب نابضة تهتف من أعماقها بحياة مصر .. غنت ام كلثوم لحنا جديدا . لحنا اعدته لمعركه الحريه اخيرا .. بكلماته وموسيقاه .. وخرجت أم كلثوم به الى الناس فى كل مكان .. نذكر منه ..

الشعب جبال
الشعب بحور
بركان غضبان
بركان بيفور
الله زمان يا سلاحى

اعجب الناس بالنشيد الذى رددته كوكب الشرق فى هذه الايام ..

وقلت لى ام كلثوم . انها كانت تسجل هذا النشيد بمشاعرها واعصابها .. بل كانت تشعر بقوة مستمدة من روح الشعب المصرى وكفاحه من اجل معركة الحرية والكرامة والشرف ..

« ى . فهمى



لن يمروا ..

◆ تقيم وزارة التربية والتعليم معرضا لفنانى مصر فى الهند واندونيسيا .. بنفس اللوحات الفنية والتماثيل التى عرضت فى الصين الشعبية .

◆ **بذل مذيعو وموظفو الاذاعة المصرية مجهودا كبيرا أيام المعركة الغادرة .. ليحملوا الى العالم صوت مصر .. وآخر انبائها . وقد اضطر بعض المذيعين الى المبيت فى الايام الاولى فى مقر عملهم .. فمنا تحية حارة الى أبطال الاذاعة المصرية ..**

◆ من المنتظر أن تؤجل مصلحة الفنون بعض مشروعاتها الفنية التى كانت موضع التنفيذ الى العام القادم .. منها افتتاح معهد السينما وفرقة الفلكلور المصرى وانشاء بعض دور المسارح ، نظرا للظروف الحاضرة .

◆ **سجلت صورة صادقة لما حدث فى بور سعيد فى فيلم سينمائى ، تطبع الآن منه عشرات النسخ لعرضها فى مصر والخارج .. كما ستعرض أيضا فى محطات التليفزيون بامريكا ..**

◆ تم تدريب كتيبة الفنانين التى تضم أعضاء النقابات الفنية الثلاث «الموسيقيين والممثلين والسينمائيين» وأصبحت على أهبة الاستعداد التام على حمل السلاح والمقاومة الشعبية للدفاع ..

◆ **تم طبع عدد كبير من اللوحات الفنية المختلفة .. تعبر عن المقاومة الشعبية فى بور سعيد ، ليراها الشعب بمساحة ٥٠ × ٧٠ سنتى ، وهذه اللوحات من تصميم الفنان عبد الفتاح البيلى والفنان كمال أمين ..**

◆ استطاعت الاذاعة المصرية فى الاسبوع الاول للمعركة الكبرى أن تسجل ٤٥ نشيدا حماسيا جديدا .. فقد تطوع الكتاب والفنانون بالمساهمة فى هذه الظروف الحاضرة بكل سرعة وقوة رائعة نالت تقدير الشعب ..





في هذه الايام المجيدة التي تعيشها مصر .. يتحدث شكرى راغب مدير الاوبرا .. عن الدور الكبير الذى لعبه الفن والفنانون.. ولم تهدأ لهم ثائرة وراء معركة حياتنا وعزتنا وسيادتنا ..

« القناع الاحمر »

كان للاعتداء الغاشم على مصر في آخر أكتوبر سنة ١٩٥٦ أكبر الأثر في الاتجاه الفني في مصر .

ففي الاذاعة ــ انقلبت البرامج رأسا على عقب فاستمعنا الى أغان وطنية وأناشيد حماسية أججت المعركة بعباراتها ونغماتها فجاءت صورة صادقة لشعور الشعب وآماله والامه ..

أما السينما فقد سجلت عدستها ضحايا العدوان وتطوع المشتغلون في السينما لخدمة الحركة والدعاية لها وتسجيل أحداثها وقد نجحوا الى حد بعيد في مجهودهم الرائع وأرسلت بعض نتائج جهودهم لعرضها على هيئة الامم المتحدة ليطلع مندوبو الدول على فظائع الاستعمار والعدوان المشترك في بورسعيد .

ورواد السينما في مصر والاقاليم لابد ان يكونوا قد شاهدوا الافلام الاخبارية القصيرة التي تعرضها دور السينما الآن عن نشاط الفدائيين المصريين ومعركة بورسعيد والغزو الغاشم .. لدول الاستعمار انجلترا وفرنسا وذيلهما اسرائيل

أما المسرح ــ ونصيبه كبير ــ فقدمت الفرقة المصرية حفلاتها المجانية للجمهور المصرى فشاهدوا مسرحيات « دنشواى الحمراء » التي عالجت موضوع الاستعمار من جانب احتقار المستعمر لاهل البلد الذى يعيش فيه وظلمه في الانتقاص منه والانتقام لاقل بادرة تصدر منه وامتصاص كل ما حوله من خير واذلاله بكل ما لديه من قوة فكانت حياة المصرى جحيما وشقاء .. وذلا وهوانا ..

أما فرقة الريحاني فقدمت « لزقة إنجليزى » وعنوانها دليل على نوعها واتجاهها ..

وكذلك فرقة اسماعيل يس ولو أن موضوع رواية « الكرة مع بلبل » بعيد عن موضوع القتال والجهاد وبورسعيد الا أن اسماعيل يس مع أبو السعود الابيارى قدما هذه الرواية « بنكات » كثيرة حول مجرمى الحرب ايدن ومولييه .

وأخيرا قدم المسرح العسكرى « كزبرة أفنديتا » وهى مسرحية قديمة أخرجت منذ عامين ومثلت في أغلب بقاع الجمهورية ونجحت لانها قطعة من تاريخ مصر الحديثة منذ أن بدأت كفاحها ضد المستعمر !

والقصة طيبة في حوارها وتمثيلها وقد زادها بهاء ان احتضنتها دار الاوبرا فاظهرتها في اطار جميل ومناظر رائعة واضاءة مدهشة زادتها جمالا .

والخلاصة أنه بعد أن تقدم الوعى الفنى وبعد أن تخلصنا من أفكارنا الرجعية وبعد أن ذقنا طعم الحرية .. وبعد أن مررنا بتجربة قاسية لا نزال نعانيها وسوف يبقى أثرها الى وقت طويل أرى أن تكون عنياتنا بالفن المصرى الصميم موضع دراسة وتشجيع حتى يكون لنا اولا طراز مصرى خاص يتميز عن بقية الطرز في اللحن والتأليف والاداء وكل ما له علاقة بالفنون المسرحية أو السينمائية والموسيقية أو الاذاعية .

وأرى أن يعنى بوجه خاص بالفنون الشعبية التي تصقل الذوق الفني عند الجمهور ولانها محببة الى قلبه واذنه وفهمه وقريبة الى مزاجه يتأثر بها بسرعة فتساعد على ثقافته واسعاده وتهذيبه فنيا وأدبيا .

والدليل على ذلك سرعة ذيوع الاغاني الشعبية وترديدها في كل مناسبة .

وهناك أمر ثالث لابد منه وهو ضرورة العناية بنشر الثقافة الفنية المسرحية بشكل شعبى وهذا لايتأتى الا باعداد المسارح الصيفية في شتى الحدائق العامة والسماح لاكبر عدد ممكن من ارتيادها ومشاهدة المسرحيات المختلفة بالمجان أو بالاجور المخفضة ومصر ملأى الان بالفرق العاملة التي لا تجد مجالا للعمل .. وبهذه الطريقة تساعدها على اظهار روائع فنها بعد اقراره وتوجيهه في الاتجاه المطلوب للصالح العام . -

وبهذا نكون قد قضينا على أزمة المسارح التي تعانيها أغلب الفرق ونكون أيضا قد ساعدنا على ازدهار الفن المسرحى الشعبى .

وبديهى أن تسجل هذه المسرحيات أثناء تمثيلها وتتولى الاذاعة المصرية اذاعتها اذا ما وجدت فيها ما يتمشى ورسالتها الفنية أيضا وبذلك تتاح الفرصة للملايين في مصر والشرق للاستماع الى هذه الالوان أسوة بأهل العاصمة .

وعلى ذلك فالحرب قد أفادتنا فائدة كبرى فهى فوق ما كشفت لنا من خبايا .. قد علمتنا الكثير في الاعتماد على النفس وحب الوطن والاستماتة في الدفاع عن الحرية .

كما علمتنا أن الفن يسير في المعركة .. عقول تفكر وتنتج بسرعة فائقة .. لم ينم الفنانون .. ولم يرتاحوا بل ظلوا ساعات وأياما طويلة يتبادلون فيها العمل بنشاط ملحوظ هكذا يتبلور الفن مع الاحداث التي تمر بنا الآن ..

هذا هو الفن في الحرب .. وفي المعركة . وبعد المعركة . والسلام .



تحية كاريوكا

الانسانة الوفية .. ذات القلب الكبير .. عاشت مع ملائكة الانسانية تضمد جراح أبطالنا .. وتواجه الاعداء في قوة وعزم ..



خطاب الشهر

انا فتاة في الثامنة عشرة من عمرى والدى متوفى · احببت ابن خالتي حبـــا عظيما منذ الصغر وبادلني هذا الحب واعـدا بالزواج ونخرج سـويا كثيرا وتعلم والدتي بهذه العـلاقة وان كانت قد نصحتني بالابتعاد عنه وعدم السماح له بتقبلي ثم تطور الامر الى اكثر من هـذا ولكن ولله الحمـد استطعت ان اتخلص منه ·

ومن هـــذا اليوم وانا اشمئز منه ولكن مازلت أحبه

وهناك ابن خالي يحبني حبا عظيما من ناحيته ولكني لا أبادله هذا الشعور وهـو يغازلني حتى امام الناس · ولا ادرى هل هذا حب صادق ام انه لغرض آخر مثل ابن خالتي انني حائرة

الحائرة

ع · س · ح ـ شبرا

بنت النيل : يبدو انك تنساقين وراء خيالك مثـل كل الفتيات في سـن‍ك فتتصورين ان كل الشبان معجبون بك وصرعى هواك الى أن استطعت ولله الحمد الوقوف على نذالة ابن خالتك لا تظنى أن ابن خالتك وابن خالك كلاهما يحبـك فالحب اسمى وأرفع من ان يغازلاك بهذه الطريقة الغـريزية وكلاهما يريد أن يتسلى بك ومن المؤسف حقـا ان يصدر مثل هذا العمل من أقربائك الـذين يقع عليهم واجب المحافظة عليك لا اللهو بك

ابتعدى عنهما ومن يكن صادقا في حبك منهما فعليه ان يتقدم للزواج وهذا هـو الطريق الشريف لمن يحب ولا تنسى ان أول مظاهر الحب هو احترام الفتاة المحبـوبة والحرص على شـخصيتها وعفتها اما الشـاب الذى ينساق وراء غريزته ويستبيح لنفسه مغازلة قريبته بهذه الطريقة فهو شاب أقل من أن تحبيه أو حتى تفكرى فيه كزوج للمسـتقبل استعينى بنصائح والدتك وان كانت مقصرة في الواقع لتركها اياك في هذه السن تخرجين مع ابن خالتـك وحدكما ·

الحب يأتى وحده ولا يأتى من التفكير فيه والفتاة التى تفكر في الحب وتعيش له تقع غالبا في براثن شـاب متهور فصونى نفسـك واحتفظى بكرامتـك ولا تسمحى لاى شـاب أن يمسك مهما كان ومهما القى بكلمات الغرام على مسمعك انسى ابن خالتك وعليك ان تتصورى مصيرك لو كنت قد ضعفت أمام محاولتـه الدنيئة · ان العفة والشرف رأس مال الفتـاة والحب الشريف في الزواج الشريف

زوج بالقوة

أنا فتاة في التاسعة عشرة من عمـرى تقدم لخطبتى منـذ خمس سنوات شخص كان يحبنى وكنت أحبه ، ولكن عائلتى رفضت قبوله ·· بعـدها بأسابيع تقـدم الى شخص آخر من العـائلة ولكننى رفضت قبوله لاننى أكرهه كرها شـديدا ولكن أهلى لم يلتفتوا الى كـلامى وتمت الخطبة رغمـا عن ارادتى ·

مرت سنتان على الخطبـة وأنا أشعر نحوه بكراهية شديدة وهو يعلم ذلك · وبعدها أرغمنى أهلى على اتمام عقد القران لكننى رفضت من شدة كرهى له وأخيرا تم عقـد القران بدون موافقتى ·

منذ ذلك اليوم وأنا أحاول أن أحبه ولكن المشاكل التى تقع بيننا والتى يتسبب فيها هـو جعلتنى أزداد في كرهى له · ماذا أفعل وبماذا تنصحيننى وبأى طريقـة أتخلص منه الآن قبـل أن يتم الزواج ونتسبب في شقاء أطفال لا ذنب لهم ·

المعذبة

س · ١ · م

بنت النيل ـ ننشر رسالتك كما هى عسى أن يقرأها العريس ويرد حريتك اليك فالقـران الذى يتم بدون موافقة الزوجة وهى طرف فى العقد يعتبر باطـلا عند بعض الفقهاء ··

هناك كثيرون من الاباء يرتكبون جناية زواج بناتهم برغم ارادتهن ، ولكن من النادر أن نرى شابا يقبل أن يعقد قرانه على فتاة يعلم انها تكرهه كراهيـة شديدة ·· اين كرامة الرجال وعـزة نفوسهم ، ونضـوج عقلهم ، كيف يمـكن لعريس مثل هذا أن يهيىء مستقبله مع زوجة تكرهه وصرحت له بهذه الكراهية كيف يمكنه أن يطالبها باحترامه بعد ذلك والعمل عـلى رعايته ورعاية شئونه ·· ؟

لا يا سيدى اعتز بكرامتك ورد اليها حريتها وقدر فيها صراحتهـا لك منذ البداية فقد كانت شجاعة ولم تخف عنك أمرها حتى تساعدها على مواجهة أهلها فكن شجاعا انت أيضا وتخل عن فريستك وفريسة أهلها الذين يقع عليهم اللوم الاول ولن تندم على عملك هذا ··

واعلم ان هناك عدالة سـماوية وعدالة اجتماعية ·· كن عاقلا ، واتركهـا من الآن ولا تجـن على أطفالك ··

اخ زوجة الاب

بعد وفاة والدتى تزوج والدى من سيدة لها أخ أحبنى حبا كبيرا ولكنى لم أبادله هذا الحب ، وكنت أحب أحد أقاربى الذى تقدم لخطبتى فوافق على الزواج بعد انتهاء خدمته من الجيش · وانتهزت زوجة أبى فرصة غياب خطيبى وأرغمت والدى على أن يزوجنى بأخيها فرضخ لها ولكنى رفضت وهربت عند احـدى اخواتى المتزوجات وبمجرد انتهـاء مدة خدمة خطيبى الاول احضر لى الشبكة ولكن زوجة أبى كذبت عليه وأوقعت بيننا ثم توصلت لارغامى على زواجى من أخيها · وبعـد أسـبوع من زواجى انقلب عـلى كالوحش يسىء معاملتى ويسهر فى الخارج · اننى أتعذب من العيش مع جاهل عاطل بينما قريبى مركزه عال ·· ماذا أفعل وأنا حامل بشهرين

سيدة تعسة

وضحية جديدة

بنت النيل ـ لا داعى للانتحار ولا للهرب ·· انك لم تعودى حرة فأنت على وشك أن تصبحى أما ، وعليك واجب المحافظة على سمعتك وحياتك الزوجية فى سبيل الجنين الذى تحملينه ، ارضى بما قسمه لك الله ، لو كان قريبك من نصيبك ما استطاع احد ان يحول بينكما ، ثم كيف تفكرين فى شخص انقاد لكلام زوجة أبيك ولم يصدقك انت برغم حبـه لك ·· لا تعيشى فى الآمال وتدنسى حياتك ، لن يعود اليك الاول ·

اما زوجك الحالى فهو باعترافك يحبك حبا عظيما منذ البداية ·· ولذلك أخشى أن تكونى أنت السبب فى تغيير معاملته لك وتعذيبك · لابد انك تظهرين كراهيتك له ، وحبك للاول ، وهذا كاف لان يقلبه مثل الوحش ، على حد قولك ·

فكرى فى مستقبلك الذى تحدد مع هذا الرجل فلا مفر من الحياة معه وعامليـه على هـذا الاساس بالسياسة واللطف حتى تصلحى

من اخلاقه التى فسدت بعد الزوج لا تنساقى وراء وهم العودة للاول فطلاقك ليس بيدك بل بيد زوجك وهو لن يتركك على ما يبدو من خطابك فلا داعى اذا لأن تعذبى نفسك وترسمى خططا لوصول للطلاق ويجب عليك أن تفهمى ان هذه هى ارادة الله وهذا هو حظك فعيشى لبيتك واولادك واصلحى زوجك لهما ٠٠

عذاب أم ٠٠

حضر العم وفرح الاولاد وفى غمرة هذا الفرح اذا بأبنى الاكبر يسقط من شرفة المنزل وحملته الاسعاف وتركوه بالمستشفى لاصابته بنزيف فى المخ حيث توفى وأصبحت منذ هذا اليوم لا أطيق رؤية عمه فهو السبب لانه كان يجلس مع ابنى المتوفى فى الشرفة ولم ينتبه اليه كما اننى أكره نفسى لاننى كنت أخشى على ابنى لا أتركه يلعب مع أولاد الجيران وأؤنبه لاتفه الاسباب بالرغم من حبى الشديد له فيحز فى نفسى الآن اننى لم أتركه يتمتع بالحياة ٠ اننى أتعذب لكل ذلك ويزيد فى عذابى اننى سمعت أن طفلى مات لانه لما أرادوا اعطاءه دما كانت الآلة الخاصة بذلك غير صالحة فمات من جراء كل ذلك ٠

أليست المستشفى مسئولة عن وفاة ابنى ؟

ز٠ ع٠ ح
سراى القبة

بنت النيل : **لا شك أنك فجعت** أكبر فجيعة بوفاة ابنك ولكن لا داعى لكل هذا العذاب النفسانى الذى تعانيه يجب أن تكونى مؤمنة وان هذه هى ارادة الله وهذه هى النهاية التى كتبت لابنك ليس عمه هو المسئول ولا المستشفى املئى قلبك بالايمان والصبر ولا تحقدى على الناس فليس لهم يد فى مصيبتك بل انهم كانوا يتمنون الحياة لولدك ولكن بمشيئة الله فوق الجميع وطريقة علاج المستشفى للنزيف كما وصفته فى خطابك طريقة صحيحة وبالتالى لم يهمل المستشفى فى ابنك وليست عليها أية مسئولية ٠٠

أما عن نفسك فقد صور لك هول الصدمة انك كنت قاسية على ابنك وفى الواقع انك لم تكونى قاسية وكل ما هنالك أنه من شدة حبك وتعلقك بأولادك أردت ان تربيهم أحسن تربية وان تجعلى من ابنك نموذجا للرجل الناضج حتى أنك كنت تخشين عليه من الاختلاط بسائر الاطفال لانك تنظرين كأى أم لابنك على أنه فريد فى أخلاقه وتربيته وأعلى مستوى من أى طفل آخر ولذا منعته من اللعب مع أولاد الجيران أى أن هدفك الاول كان مصلحة ابنك والسهر عليه لشدة حبك له وأنت فى كل ذلك مثال للام الصالحة ولا داعى لان تعدى نفسك انك كنت قاسية عليه وأنك لم تمتعيه بالحياة وكنت تعذبينه انك لم تفعلى ذلك لانك رأيت فى ذلك مصلحته

ولكن هذا لا يعنى انك عذبت ابنك ٠٠ لا يا سيدتى ان الدافع الاول كان شدة حبك لابنك وفى هذا الكفاية لاراحة ضميرك ٠ فاصبرى وارضى ولا تكرهى الناس وحبى نفسك وارعى باقى أولادك ولا تتوهمى أنك كنت تعذبين الطفل

خطأ الآباء ٠٠

زوجنى والدى برجل يكبرنى بأربعين عاما ٠ كرهته منذ اللحظة الاول ولكن والدى طلب منى البقاء معه حتى لايخجل أمام الناس رضخت لطلبه ومضت عشرة أعوام على زواجنا أنجبت خلالها ثلاث بنات ٠٠ وزوجى أنانى ومعاملته سيئة ولا يفكر فى مستقبل أولادى أما أنا فليس لى أمل سوى بناتى ولذلك فكرت فى اتمام تعليمى حتى اذا لا قدر الله بعد عمر طويل مات زوجى أستطيع العمل والانفاق عليهم فماذا أتعلم علما بأنى أجيد القراءة والكتابة وليس عندى شهادات ٠

ت٠ م – قليوب

بنت النيل : من المؤسف أننا نسمع كل يوم عن هذا النوع من الزيجات واليأس الذى يترتب عليها ومن المؤسف أنه رغم كل هذه المآسى لا يقلع الاباء عن ارغام بناتهم على الزواج ممن فى سن والدهن برغم رفضهن وكراهيتهن للعريس والتصريح بذلك حتى يعلم الاباء أن للفتاة قلبا وعقلا مثلهم ولها حق فى اختيار شريك حياتها انها ليست سلعة تباع بل انها انسانة تشعر ولها كيانها وشخصيتها ٠

وقلما نجد زوجة تفكر مثلك بعقل ورزانة وصبر وايمان انك فى الواقع مثال الام والابنة الوفية وفقك الله ووفقك ٠

ان تفكيرك فى اتمام تعليمك للتسلح بشهادة للمستقبل تفكير سليم ويستحق كل تقدير وتشجيع وأرى أنه فى وضعك الحالى كزوجة وأم لثلاثة بنات يستحسن أن تتعلمى الحياكة فهى مهنة شريفة ويمكنك التعيش منها اذا اتقنتها فضلا عن أنها تمكنك من البقاء مع بناتك فى المنزل ٠ هذا وان كنت لا ترغبين فى الاعمال اليدوية والمهن الحرة فيمكنك الالتحاق بمعهد لتكملة الدراسة ونيل شهادة التوجيهية وان كان لا يوجد معهد فى قليوب يقبلك يمكنك اتمام دراستك بطريق المراسلة ٠

أنت وزيرة لست وزارات ..



هل كتب لك زوجك هذه العبارة وانت غائبة عنه فى المصيف ؟ انى أرجو ذلك . لان هذه العبارة تدل على أنك ضرورية له . وهذه الضرورة هى من علامات الحب . وهو يحبك لأنه يشعر بأنك سيدة بيت من الطراز الاول .

ولكن ادارة البيت فى الوقت الحاضر لاتعتمد فقط على كتاب فى فنون الطهى وعلى دفتر تقيد فيه الحسابات ... ان الخلية العائلية لهى مؤسسة اجتماعية تخضع هى الاخرى لقانون الانتاج .

فهل تستطيعين أن تستفيدى من جميع ألوان التقدم التى بين يديك ؟ يجب أن تعلمى أنه يوجد أخصائيون فى جميع الميادين يعملون على توفير الراحة لك وزيادتها . فهم يعملون على تحسين صحتك وصحة أطفالك لاطالة حياتك . وهم يعملون أيضا على اصلاح عيوبك الجسمية والعقلية الحديثة .

ولكى نعطيك فكرة واضحة عن كثرة واجبات المرأة فاننا شبهنا « المؤسسة العائلية » بحكومة صغيرة ، وقد حددنا من جهة المسئوليات التى يجب عليها أن تضطلع فيها بنفسها .

رئاسة وزارة العائلة

يعرف رئيس الوزراء المصادر التى يستطيع الاعتماد عليها . فهو الذى يحدد سرعة القرارات التى يجب اتخاذها ويرتبها بحسب أهميتها .

وهذا هو اذن الواجب الاول الذى يقوم به الزوجان تقديم تقرير عن الحالة الى مجلس الوزراء . ومعرفة المصادر التى يمكن الاعتماد عليها وترتيب الاهداف المراد الوصول اليها : مثل تشييد منزل صغير والدراسة التى يجب أن يتبعها أحد الاولاد السفر الى الخارج ، شراء فرن كهربائى جديد الى الخ .. وحينما يقوم رئيس الوزراء بتحديد سياسته . وجب عليه أن يطبقها . واذا ما اتفقت مع زوجك على السياسة العائلية التى يجب اتباعها كان من الخير لكما ألا تحيدا عنها . فلا تؤجلا مثلا مشروع بناء المنزل الذى قررتما تنفيذه بشراء سيارة . لقد بحثتما موضوع بناء المنزل جيدا فلا داعى الآن لتأجيله فى سبيل السيارة التى طرأت عليكما ولم تفكرا فيها جيدا .

ويستعلم رئيس الوزراء عن الحالة بواسطة وزرائه ، وأهم هؤلاء الوزراء هم وزير المالية ووزير الانشاء ووزير الخارجية ووزير الدفاع . فالمسئوليات التى يضطلعون بها هى نفس المسئوليات التى يجب ان تضطلعى بها أنت وزوجك .

١ ـ وزارة المالية

لايمكن عمل شىء بدون نقود . لذا وجب أن تكونى دائما على بينة بالمبالغ التى تستطيعين التصرف بها .

لاتخلطى الاموال المخصصة للصرف على بيتك بالنقود الموجودة فى حافظتك . فالبقال يعرف جيدا أن أوراق النقد المكدسة فى درج صندوقه ليست كلها ملكا له . ان عليه أن يدفع الفواتير والضرائب المقررة عليه . ان حالتك تشبه حالته تماما .

قومى أنت وزوجك بوضع ميزانية اجمالية للعام كله . اعملى حساب المصروفات العادية وخصصى احتياطيا للمصروفات غير العادية (أمراض ، حوادث ، عمليات) المصروفات الدورية « الايجار وليقسم جزء من الميزانية بين الضرائب ، الغاز ، الماء ، الكهرباء » ولاتنسى الاجازة الصيفية . ورتبى أيضا أمر التجديد التدريجى للملابس والبياضات ومعدات المنزل بعد استشارة مصلحة الانشاء .

قد تلجئين أحيانا الى الشراء بالتقسيط . ولكن يجب عليك أولا التأكد من أن هذا الاجراء فائدة محققة لميزانيتك .



عليك أيضا أن تمسكى حساب مصروفات المنزل . ومن المعروف أنه عندما نقيد يوميا مشترياتنا فاننا نصرف أقل ونحسن فى الشراء . ويلجأ بعض ذوى الدخل المحدود الى وضع مخصصات كل باب فى مظروف خاص يكتب عليه مثلا : الايجار ، الغذاء ، الملاهى ، التليفون ، الضرائب ...

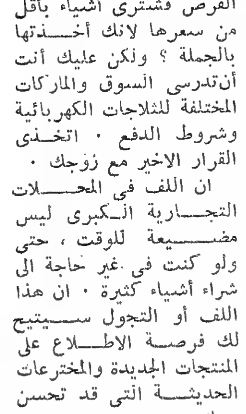
ان طريقة المظاريف هذه لابأس بها ، غير أنه توجد طريقة أخرى أفضل منها ، ألا وهى وضع أكبر جزء من النقود فى البنك . فانه أسهل أن تدفع عن طريق الشيكات بعض المصروفات مثل الايجار والكهرباء والتليفون استعملى البطاقات بدلا من المظاريف . واكتبى على كل بطاقة المبلغ المخصص لكل من مصروفاتك اليومية وهكذا تعرفين أن كنت تسيرين وفق الميزانية التى وضعتها أم لا .

أطلبى من زوجك أن يعطيك كل شهر أو كل خمسة عشر يوميا المبلغ المخصص لصيانة المنزل . ذلك أنه فى استطاعتك فى هذه الحالة أن تنشرى مصروفاتك . فان كنت تهتمين بصفة خاصة بطعام يوم الجمعة وفرت أكثر أثناء الاسبوع . واعرفى كيف تصلين الى آخر الشهر دون أن تضطرى الى قيود تؤذى صحة أولادك .

وان كان زوجك يعطيك مبلغا من المال أقل مما يسمح له مرتبه ناقشيه الامر مرة واحدة . ولكن اياك أن تتشاجرى معه يوميا لنفس السبب . ان هذه المشاجرات تبعد بينك وبينه ولن تجديه نفعا . اقنعيه بالارقام لا بالدموع .

وان كان زوجك قد ترك لك الادارة المالية فلا تفرضى عليه نظاما حديديا . ان الرجل فى حاجة الى مصروف جيب أكثر من المرأة . حددى هذا المبلغ معه ولاتتدخلى فى تفاصيله .

لاتنسى أبدا أن عليك يقع التفكير فى المستقبل .



وللاحتفاظ بالسعادة يجب أن نعرف كيف نقول « لا » فى بعض الاحيان •

وان كنت تشتغلين فلا تعتبرى أن مرتبك لك وحدك أو أنه مخصص لبعض مشترياتك أو نزهاتك • انه لك وله وللاولاد أولا • فان تبقى منه شىء صرف على الضروريات ثم على الكماليات

٢ ـ وزارة الانشاء والتعمير:

لا تعيشى للصرف • ان الحياة المنظمة تنظيما حسنا تصبح سهلة • ان التنظيم يمنع المفاجآت غير السارة والمصروفات التى لا معنى لها

انك تذهبين مثلا أنت وأولادك كل عام لقضاء فصل الصيف فى أحد المصايف • وتضطرين طبعا الى النزول فى فندق أو الى استئجار منزل • ولا شك أنه من الانسب بل من الافيد لك أن تشترى أو تبنى منزلا ريفيا تقضين فيه اجازتك السنوية فاذا ما تقدمت بك السن أمضيت فيه بهدوء آخر أيامك • انها بلا شك مسألة جديرة بان تدرس دراسة وافية وتوضع موضع التنفيذ ان ظهرت فائدتها المحققة •

وهاك مثلا آخر : انت تنزلين الى السوق يوميا فتصرفين ثلاثين ساعة من وقتك فى الشهر • أفليس من الافضل شراء ثلاجة كهربائية لتوفرى على نفسك النزول الى السوق هذا العدد الكبير من المرات ان فى استطاعتك فى هذه الحالة أن تستغلى بعض الفرص فشترى أشياء بأقل من سعرها لانك أخذتها بالجملة ؟ ولكن عليك أنت أن تدرسى السوق والماركات المختلفة للثلاجات الكهربائية وشروط الدفع • اتخذى القرار الاخير مع زوجك •

ان اللف فى المحلات التجارية الكبرى ليس مضيعة للوقت ، حتى ولو كنت فى غير حاجة الى شراء أشياء كثيرة • ان هذا اللف أو التجول سيتيح لك فرصة الاطلاع على المنتجات الجديدة والمخترعات الحديثة التى قد تحسن بيتك •

لا تشترى شيئا بالصدفة اعرفى بالتدقيق ما تملكين ومتى يجب أن تجدديه • اعملى جردا لبياضات المنزل حتى لا تكتشفى فجأة أنه لم يعد لديك ملاءة سرير واحدة فى حالة جيدة • فى استطاعتك أن تستفيدى من « أوكازيونات » البياضات وتشترى ما أنت فى حاجة اليه •

وان ما ينطبق على البياضات ينطبق أيضا على الاسقف والحوائط • اذ لابد من صيانة واصلاح المنزل أو الشقة فى مواعيد منتظمة لا تنتظرى آخر دقيقة بهذا العمل • ويلاحظ أنه يجب أن يصرف ٠٥/٠ من ثمن الشقة أو المنزل فى العام للمحافظة عليهما فى حالة طيبة •

اهتمى بمستقبل أولادك اننا اليوم فى عصر التخصص وتوجيه الاولاد فى سن مبكرة • فان عرفت أولادك وهم فى سن الرابعة عشرة المهنة التى يريدون اختيارها مستقبلا أصبح من اليسير عليك أن تضعى خطة لتحقيق رغباتهم •



٣ ـ وزارة الخارجية

لابد للدولة أن تحسب حساب جيرانها • كذلك لابد لك من أن تحسبى حساب جيرانك • انك محاطة بالاقارب وبالاصدقاء وبالمعارف • فيجب عليك ألا تهمليهم •

أسرتك : ضعى برنامجا لها بالاشتراك مع زوجك • هل تعيش حماتك فى نفس المدينة ؟ ادعيها على العشاء أو الغداء مرة فى الشهر أو فى الاسبوع • هل تسكن والدتك فى مدينة أخرى ؟ ان كان لديك غرفة للاصدقاء ادعيها لتمضية أسبوعين فى السنة عندك • وارسلى لها أولادك لقضاء ثلاثة أسابيع عندها فى أجازة الصيف • ان الاسرة تجتمع فى عيد الاضحى أو عيد الفطر • أدعيها فى يوم من أيام هذين العيدين السعيدين على الغداء أو العشاء •

أصدقاؤك • ـ قيدى فى مفكرتك الدعوات التى قبلتها لتتذكرى العشوات التى عليك أن ترديها • وفى كل مرة تقيمين حفلة عشاء قيدى فى مذكرتك قائمة الطعام وأسماء المدعوين حتى تتفادى أن تقدمى لهم نفس ألوان الطعام • سجلى أسماء أصدقائك فى كراسة ورتبى هذه الاسماء ترتيبا أبجديا وأذكرى ألوان الاطعمة التى يفضلونها وتلك التى لا تناسبهم •

المعارف • ـ تطلق هذه الكلمة عادة على رئيس وزملاء زوجك فى العمل وكذلك الاشخاص الذين تربطه بهم علاقة العمل •

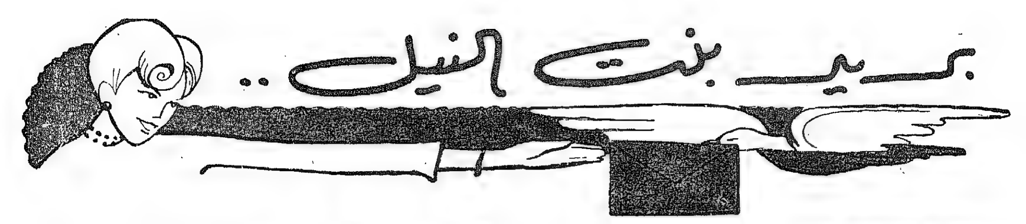
ضعى بعناية قائمة الدعوات التى يجب عليك اقامتها • وان كنت معتادة عمل حفلة استقبال كبرى مرة أو مرتين فى السنة ـ عوضا عن سلسلة من الدعوات الى حفلات عشاء متفرقة ـ فلا بد لك من الاحتفاظ بقائمة المدعوين • ولن تنسى أحدا ان أضفت الى هذه القائمة أسماء المعارف الجدد • أما ان كان زوجك يفضل استقبال معارفه فى المطعم وجب عليك أن تعملى حساب هذا المصروف عند وضع الميزانية

٤ ـ وزارة الدفاع

ان الابتسامة لا تفارق وجهك • ولكن لا بد لك من وقت لآخر من تقطيب حاجبيك • ان فاتورة الجزار مبالغ فيها • والبواب لم يقم بتنظيف السلم كما يجب وهو يتغيب فى أغلب الاحيان عن بوابته • والغسالة وضعت كمية كبيرة من البوتاس فى

البقية ص ٧٥







يجيب على أسئلة القارئات
الدكتور محمد توحيد سالم

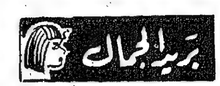
الآنسة س . ب
تشكو من نحافة الوجه في حالة عمل الرجيم مع قبح المنظر .
لا تستعملى الرجيم المتبع بل عالجى جسمك بالتمرينات الرياضية مع التغذية المناسبة التي تسمح للوجه بالامتلاء .

آنسة س. م. القاهرة :
تشكو من صغر الصدر .
اكثرى من الاغذية الدهنية والنشوية مع استعمال حقن البريموجين حقنة كل ثالث يوم فى الاسبوعين المتوسطين للعادة الشهرية .

الآنسة سامية ا. بطنطا :
تشكو من اكزيما حادة في رأس طفلة .
استعملى نفس الدواء السابق، الذى سبب شفاءها مع اعطائها حقن البنسلين يوميا لمدة ١٠ أيام.

الآنسة رئيفة . مشتركة
تشكو من ازمان جرح فى ظهر قريبتها بعد عملية جراحية .
لابد من فحص الجرح بواسطة جراح لاحتمال وجود ناصور ولذا اعرضيه للفحص الجراحى ولابد من الغيارات النظيفة يوميا .

الآنسة ن. ف. شبرا :
تشكو من قصر قامتها وتريد دواء للعمل على زيادة طولها .
تناولى حبوب فيتامين « ا » وحبوب خميرة البيرة مع حقن الشامبو دوبال ثم دلكيه ببريانتين بالعضل .



فتحية ع. اسيوط ـ تشكو من **اصفرار أسنانها**
• أضيفى ماء الأوكسوجين على بعض الماء الدافىء واعملى غرغرة مع دعك أسنانك يزول بذلك الاصفرار المتعلق بها .

س.م. المنيا ـ تريد معرفة نوع صبغة ثابتة للشعر .
• لصباغة شعرك استعملى صبغة أورويال حسب اللون الذى تريدينه فهى أثبت صبغة ولا تؤثر على الشعر

ل . ت . الفيوم ـ كان شعرها أسود ناعما وعندما كبرت أصبح جافا وخشنا ويتغير لونه .
• اغسلى شعرك بشامبو البيض هيلين كيرتس مرة كل اسبوع ، ثم دلكى شعرك يوميا بسائل سلفكرين فيعود شعرك الى حالته الطبيعية

الحائرة س.ع.على ـ سيدة فى الثانية والعشرين كان شعرها خفيفا ثم حملت وبعد الولادة سقط أغلب شعرها ثم عاد ثانية وبعد حملها مرة ثانية سقط مرة ثانية ثم استمر فى السقوط بعكس المرة الاولى .
• اغسلى شعرك بالمزيج الاتى : ٣ صفار بيضات وملعقة صغيرة زيت خروع وقليل من الروم ثم اشطفيه بماء فاتر بعد ربع ساعة ثم دلكى شعرك يوميا بسائل سلفكرين لمدة ٣ شهور وتناولى فيتامين «د» حبه ٣ مرات فى اليوم لمدة ٣ شهور .

رجاء بالارساليه الامريكية ـ تريد اعادة شعرها الى حالته الطبيعية حيث أنها عملت برمانانت لمدة ٦ أشهر لزيادة جمال شعرها ولكن حدث العكس. فقد كان شعرها ناعما فأصبح مجعدا بعد عمل البرمانانت مع قبح منظره .
• قصى شعرك فى صالون حلاقة لازالة البرمانانت ثم اعملى حمام زيت لشعرك مع استعمال ٢ أنبوبة مرهم بيورين يدهن به شعرك مرة كل ليلة فيعود شعرك الى حالته الاولى .

ع.ا. الاسكندرية ـ شعرها ناعم ولكنه خشن من الاطراف وكثير التساقط من المناطق الخشنة تطلب علاجا لازالة الخشونة من شعرها .
• اذهبى الى صالون حلاقة وقصى شعرك من حيث الاطراف الخشنة ثم اعملى حمامات زيت وتدليك فى شعرك فى الامام مرة فى الاسبوع بمعرفة الحلاق مع تناول فيتامينات «ب» ٣ حبات فى اليوم بعد الاكل لمدة ٣ شهور

شئون المنزل

القارئة الدائمة ربة البيت :
خللت زيتون أخضر وطعمه جميل ولكنه يظهر انه فى طريقه للفساد ماذا تصنع لانقاذ الزيتون .
ـ لابد ان يكون الزيتون الذى خللتيه هو النوع المعروف بالتفاحى ومع الاسف لايمكن اصلاحه لان ذلك كان نتيجة لنقعه مدة طويلة فى الماء قبل تخليله أو ان كمية الملح فى ماء التخليل قليلة فاحذرى ذلك مستقبلا كما ان الزيتون التفاحى من الصعب حفظه مخللا مدة طويلة الا تحت قواعد كثيرة تراعينها فى التخليل .

سلوى صبحى . اسكندرية :
تسأل عن معهد لتعليم الخياطة بالاسكندرية .
ـ فن الحياكة الراقية يمكنك ان تدرسيه عمليا على يد احدى الخياطات الماهرات المشهورات حيث تتداول عندها الموديلات المنوعة الحديثة وهن كثيرات فى الاسكندرية ويمكنك بسهولة أن تستدلى على احداهن ولا سيما وأنت من أهل الاسكندرية .

آنسة عدوية م. زكى ـ القاهرة:
عندها بلوزة من الصوف التريكو الابيض أصبح لونها يميل الى الاصفرار من تعرضها للشمس وقد حاولت غسلها بالماء الساخن والصابون وكذا باستعمال الكحول ولكن دون جدوى ـ تسأل عن الوسيلة لاعادتها للونها الاصلى .
ـ لقد أخطأت باستعمالك الماء الساخن والصابون الكثير فى غسل البلوزة التريكو الابيض وذلك هو السبب فى اصفرار لونها ومع الاسف لايمكن اعادة اللون الابيض لها ثانية ولكى تتجنبى ذلك فى المستقبل لاحظى ان يكون ماء الغسل فاترا وكمية الصابون قليلة مع اضافة ملعقة نوشادر الى ماء الغسل والشطف .

المشتركة كريمة ز. الاقصر :
تطلب طريقة عمل بسكوت النشادر .
ـ سبق ان نشرت طريقة عمل هذا البسكوت فى أعداد سابقة . ومع كل فسوف أعيد لك نشره ان شاء الله فى عدد يناير قبل حلول العيد فترقبيه .

فريد ن. ـ رشيد :
تسأل عن كيفية تنظيف كيس النقود من الجلد .
ـ لتنظيف كيس النقود الجلد امسحيه بالبنزين أو زيت التربنتينا مسحا خفيفا فاذا كانت البقع ناتجة عن القذارة فسوف تزول ثم لمعيه بالورنيش الابيض المستعمل فى تلميع الاحذية . أما اذا كان ناتج عن تغيير لون صباغة الجلد فهذه حالة لا علاج لها .

سعاد ابراهيم ـ بنى سويف :
تسأل عن طريقة عمل التورتات
ـ سبق ان أشرت بالتفصيل طريقة عمل تورتات كثيرة جدا ومنوعة وكذلك نشرت بالشرح الوافى والصور الطريقة المتبعة فى زخرفتها والحلوى المستعملة فى الزخرفة وتجدين بعضها فى هذا العدد وفى أكثر الاعداد السابقة .

عواطف ح. ـ شبرا مصر :
تزال البقعة بماء الاوكسوجين بالدعك مع الاستعانة بقطعة قماش ثم اتركى الفستان يجف بعد ذلك فى الشمس

فايزة ح. اسكندرية :
مادمت قد جربت عمل مربى الجزر ونجحت معك مرات عديدة فسر عدم نجاحها معك فى المرة الاخيرة يرجع الى عدم تركها المدة الكافية على النار لتأخذ مرحلة العقد الصحيح . ويمكنك اصلاحها الان باعادتها على النار مع ملعقة كبيرة من عصير الليمون وتركها على نار هادئة حتى تقل كمية الماء وتتماسك

انصاف ع. السويس :
قشر البرتقال واليوسفى يمكن استعماله كبخور بعد تنشيفه فى الشمس أما البذور فيمكنك فى أوقات فراغك تجميعها وتنظيفها ثم تلوينها بألوان الرسم وتصنعى منها مجموعة من الزهور الصناعية

أما عن طريقة غسل الصوف فهى بأن تبدئى بنقعه فى ماء فاتر به ذوب الصابون الجيد ثم اشطفيه بعد دعكه فى الصابون جيدا بماء فاتر أيضا واحذرى ان تغسليه بماء بارد لانه يتلف الصوف وبعد ذلك انشريه فى مكان ليس فيه شمس.

بريد عام

قارئة دائمة صفية . م . السيدة زينب : بنت النيل مهتمة ببحث حالتك وانتظرى الاجابة على صفحاتها

السيدة س . ح . المناخلى : تسأل فى طلب معونة لتتمكن من معاونة أولادها لاتمام دراستهم

« **بنت النيل** » : اتصلنا بشأن مسألتك بالمختصين وهم ينصحونك بعرض موضوعك على وزارة الشئون الاجتماعية أو وزارة الاوقاف وسوف تجدين منهم كل معونة ممكنة فبادرى بتقديم طلبك اليهم .

ق . د ــ العلايلى بالاسكندرية : تسأل لماذا تستمر فى عرض الافلام الانجليزية بدور السينما المصرية بالرغم من انهم اعداؤنا وعرض هذه الافلام بالقطر المصرى يسبب كسبا كبيرا لهم .

« **بنت النيل** » الافلام التى تعرض بدوز السينما هى أفلام أمريكية وليست أفلاما انجليزية

السيدة ك . ت بالدقى : تريد المساهمة فى التخفيف من آلام أهل بور سعيد ولكنها لا تستطيع ترك منزلها نظرا لان عندها أولاد ولا يمكنها تركهم بمفردهم وتسأل كيف يتسنى لها ذلك .

« **بنت النيل** » يمكنك المساهمة وأنت فى منزلك وذلك بالقيام بتفصيل بعض الملابس وخياطتها أو التبرع ببعض من مالك او تقديم بعض الاغذية أو الهدايا او الاتصال بأى جهة من الجهات التى تساعد المهاجرين وتطلبين قماشا لتفصيله وخياطته .

عطيات محمد عبدالله بمصر الجديدة: اعرضى دجاجك المريض على أى طبيب بيطرى قبل استفحال الامر وعدوى الدجاج الباقى .

موظفة بالتليفونات : هذا الأمر لا يتعلق بمجلة بنت النيل بل باتحاد بنت النيل ويمكنك الاتصال شخصيا بالاتحاد لمدك بكل ما تطلبيه من معلومات

آنسة على وشك الزواج : اللون البنفسجى موضة هذا العام ولكن ان كان لا يتناسب مع لون بشرتك بلاش يا ستى اختارى لون يليق عليك ومش ضرورى من اتباع الموضه بحذافيرها اذا كان ذلك ينتقص من جمالك .

أنت وزيرة لست وزارات

بقية المنشور على ص ٧٣

الغسيل .فاتلفت قمصان زوجك .

انه من الصعب توزيع مثل هذه الاعمال . انك تفضلين أن يقوم زوجك بها ولكنه يدعى ان هذا من اختصاصك . وانه على حق فيما يختص بالجزار والغسالة . أما مسألة البواب فالافضل أن يتفاهم هو معه أو يخابر صاحب الملك بشأنه . وسواء قمت أنت بهذا العمل أو قام هو به فلا بد من الاحتفاظ برباطة الجأش والتحلى بالهدوء وعدم رفع الصوت عند المناقشة . انك لن تصلى الى حقك الا بتقديم البراهين الدامغة أما الصراخ والشتائم فانها لا تجدى نفعا ولا يلجأ اليها الا كل صاحب قضية خاسرة .



٥ ــ وزارة التربية والتعليم

لا يكفى أن ترسلى طفلك الى المدرسة . بل يجب أن تراقبى التقدم الذى حققه فتشجعيه على الاستمرار . ومن واجبك أنت وزوجك أن تفحصا جيدا سجل درجات أولادكما . ولا بد أيضا من زيارة مدرسيهم مرتين فى السنة على الاقل

اكتبى على ورقة الاسئلة التى تريدين توجيهها الى هؤلاء المدرسين . وأعلمى أنهم يرون أولادك من زاوية تختلف تماما عن الزاوية التى ترينهم منها . ولا شك أن تبادل الرأى بينك وبينهم يأتى بأحسن النتائج . ونحن ننصحك بان تقرئى بعض كتب التربية وعلم النفس . شجعى أولادك على الانضمام الى جمعية الكشافة أو غيرها من جمعيات النشاط ودعيهم يساهمون فى الرحلات التى تقوم بها مدرستهم . ولا بد لك أيضا من اختيار نوع الرياضة التى تلائمهم . وحبذا لو استشرت فى ذلك مدرس الالعاب الرياضية فى المدرسة .

٦ ــ وزارة الصحة .

أوزنى أطفالك وقيسى طولهم مرة فى الشهر لتراقبى سير نموهم .

اذهبى بهم مرتين فى السنة الى طبيب الاسنان وخذيهم أيضا الى طبيب العائلة ليفحص حالتهم الصحية العامة .

ومرة فى السنة ، والافضل قبل دخول المدارس اعرضيهم على أخصائى العيون وأخصائى الانف والاذن والحنجرة . احقنيهم بالمصل الواقى كلما دعت الضرورة الى ذلك . وان حقن طفلك على أثر اصابته فى حادث بمصل ضد جرثومة التيتانوس فلا بد أن تحتفظى بشهادة من الطبيب مثبوت فيها التاريخ كى لا يعطى مصلا ثانيا قريبا من المصل الاول ، وعليك أيضا أن تحتفظى بجميع شهادات التطعيم .

وفى كراسة خاصة قيدى أمراض أطفالك بتواريخها فقد يستفيد منها الطبيب .

ولسنا فى حاجة الى أن نلفت نظرك الى صحتك وصحة زوجك اياك والسمنة فانها تسبب لك الامراض وتقلل من نشاطك فضلا عن أنها تشوه جمالك . لا تدعى زوجك يسمن راقبى طعامه وشجعيه على ممارسة بعض الالعاب الرياضية التى تناسب سنه .

راقبى الغذاء . نوعيه ما استطعت الى ذلك سبيلا اكثرى من تقديم الخضراوات والاطعمة المغذية وابتعدى ما أمكن عن الاطعمة الدسمة التى تتعب الكبد ولا يسهل هضمها . وفى المكاتب مؤلفات تصف لك ألوان الغذاء الصحى الذى يوافق كل سن .

أنت مسئولة أيضا عن مظهر أولادك الخارجى . عالجى أسنانهم ان كانت معوجة ، قوى نظرهم واصلحى عيوبهم الجثمانية التى يمكن اصلاحها . واعلمى أن الشخص كلما كان حسن المنظر كلما زاد حظه من النجاح فى الحياة

ويجب أخيرا أن تكونى على المام ببعض مبادىء الطب لتقومى باجراء الاسعافات الاولية فى انتظار حضور الطبيب . ولتكن لديك صيدلية صغيرة تضعين فيها المواد الآتية :

للجروح والسحجات : كحول أو ماء أوكسيجينية ، مركوروكروم ، مرهم للأم الجروح بفيتامينات ا و د . قطن قطن معقم ، كمادات معقمة ، رباطات شاش ، مقص . يمكن استخدام الميركوروكروم والمرهم بالفيتامين فى حالة الحروق الخفيفة .

لمرض الامعاء : البسموت البيكربونات (ثقل المعدة) زيت البرافين (مسهل) انتروفيوفورم (مانع للاسهال) .

للزكام : سينابسيم ، شراب ، نقط للانف .

ضرورى : الاسبرين وميزان الحرارة .

اكتبى فى كراسة العناوين ورقم تليفون الطبيب ومركز الاسعاف القريب من منزلك .



كان من الضرورى أن يلقى الرجل بالقنبلة .. وان كان قد حذر من البداية أنها لن تفعل شيئا فى قضيته .. ولكن لم يكن من هذا بدفقد كان ثائر النفس ، وكانت هذه الثورة بينه وبين زوجته قد حطمت اعصابه .. وفى اللحظة التالية سمع صوته يسالها :

– اذا كان هذا هو حقيقة مشاعرك .. **فلماذا ان تزوجتنى ؟**

كانت أنيتا تحدق فى وجهه غاضبة والكلمات الصاخبة تقف عند حد شفتيها ولكن عندما كادت هذه الكلمات تنفذ من بين شفتيها سمعت صوتا عاليا يصيح بها من داخل قلبها :

– ذلك لانك جميل الصورة .. وبسبب شعرك الاسود الجميل .. وهذه الابتسامة التى تعلو شفتيك ثم بسبب صورتك الجميلة وأنت فى ثيابك البيضاء عندما تلعب التنس .. سريع الحركة عظيم الروح الرياضية . بسبب شخصيتك الطاغية الجارفة ..

ولكنها أحست بانه ينظر اليها متحفزا للمعركة .. على أنها كانت تشعر فى أعماق نفسها بأنها محقة فى هذه الثورة ولهذا بعد أن لبثت لمحظة قصيرة صامتة قالت لتوها :

– ذلك لأننى كنت حمقاء .. ولم أعرف الى أى مصير تقودنى قدماى .

ورفع الرجل عينيه اذ ذاك الى الساعة الكبيرة التى تطل من الحائط وقد ضايقتها نظرته فقالت فى مرارة

– لتخرج .. اذهب حيث تريد .. لا تفكر فى أمرى .. سأستطيع البقاء وحدى . فقد تعودت هذا المساء بعد الآخر ولم يعد من جديد فى هذا .. اذهب وامرح حيث يحلو لك .

– أمرح حيث يحلو لى . انصتى الى جيدا .. اننى يجب أن اذهب فان هذه هى الليلة الاخيرة قبل العرض ولست أستطيع أن اخذل هؤلاء الناس .

– ومن قال لك اننى أود أن تخذل هؤلاء الناس أو غيرهم .. اننى لم أعد أفكر فى هذا .. أرجوك أن لا تعيد المأساة من جديد فاذهب بربك ..

وذهب الرجل بعد أن أغلق الباب بعنف ، وفى اللحظة التالية سمعت صوت السيارة وهى تندفع بعنف فى الطريق ايضاحا لغضبه والثورة النفسية التى تتملكه بينما بقيت هى وسط الغرفة التى كانت لا تزال تردد صدى كلماتها الغاضبة .

وفى شعور لا وعيى راحت تدور فى الغرفة رافعة بقايا لفائف التبغ من الصحاف الصغيرة التى على المنضدة .. وتعيد وضع الوسائد الصغيرة فى أماكنها .. وأغلقت الكتاب الذى كان جون زوجها قد تركه على طرف المقعد . كانت الساعة قد أشرفت على السابعة وهى لاتعرف أنه لن يعود قبل منتصف الليل فان ليلة التجربة الختامية تتطلب وقتا طويلا ، على أنها ليلة من ليال كثيرة متماثلة .. انها تستطيع أن تقرأ شيئا أو أن تقضى الوقت فى حياكة ثوب .. وستنصت للمذياع .. وستدخن لفائف كثيرة من التبغ بعد أن تعد شيئا من الطعام لتأكله ..

ولكن جون سيجد وقتا طيبا مليئا بالمرح وسيقابل الكثيرين وسيتحدث ويضحك وعندما يعود سيكون منشرح الصدر .. ثم يلقى بنفسه على مقعده ليتناول طعامه .

ولكن هذا ليس من العدالة فى شىء .. انها صغيرة السن وجميلة. وراحت تخطو الى الجدار المقابل حيث توجد المرآة الكبيرة التى تتوسط الجدار ، وبدأت تحدق فى وجهها . انها ترى عينيها الزرقاوين وفمها الجميل وشعرها اللامع ، انها لتدرك بانها واحدة من أجمل الفتيات اللاتى سطعن فى حياة جون زوجها .. ولكن ما الفائدة أن تكون جميلة وصغيرة السن اذا لم يكن هناك من يعنى بالتحديق فى هذا الوجه الجميل ، وبتقبيل هذا الوجه النضير .. ما فائدة الجمال والشباب اذا كانت تقضى كل مساء جالسة فى غرفتها الى جوار المدفأة تقرأ فى كتاب ، ان الوقت سيتوافر لها لقراءة الكتب عندما تتقدم بها السن ، انها تحس أحيانا بدماء الشباب الحارة تتواثب فى داخلية نفسها .. انها تريد أن ترتدى ثوبا من ثياب السهرة وأن تخرج الى الليل للاستمتاع بالحياة .

ماذا هى الليالى فى حياة المرأة .. ان ليالى الصيف قصيرة وسرعان ما تجىء ليالى الشتاء عندما تخطو بها السنين .. فى ذلك الوقت لن تتوافر لديها أية رغبة للخروج ليلا مستندة الى ذراع جون ضاحكة وهى تنظر الى النجوم ..

وأشعلت الزوجة الصغيرة المكدودة لفافة تبغ ثم جلست على مقعدها فى جوار النافذة ترقب أنوار المدينة ، انها لتذكر كيف تزوجت لانها كانت تحب جون ولانه كان يحبها

بقوة وعنف .. انها اتذكر هـــذا ولتذكر حفل زواجهما عندما كان كل فرد فى المدينة على أنها حسنة الجد لان تتزوج شابا جميلا كجون ، وجون نفسه عندما كانا قد اتفقاعلى الزواج ، كان يحضر كل مســـاء لزيارتها ، وكانت تقول له :

ــ لماذا تشغل عن التدريبللتنس .. هلا تريد اللعب فى هذه الايام؟

انها لتذكر أنه كان دائما يربت على يدها وهو يقول :

ــ مالى بالتنس .. ان كل ما أريده هو اللعب معك ..

ولقد كان هذا جميلا منه فقد كان من أبطال اللعب .. ولكنه قد أغفل هذا كله ليقضى وقته معها هى .. انها لتذكر ذلك ولتذكره الان على الاخص وهى تحس بحاجتها اليه

كانت تحس بأن كل دقيقـــة تقضيها بعيدة عنه انما هى وقت ضائع وكانت تحس بأن هذا هو رأى جون نفسه ، ولكن بعد أن تزوجا تغير كل شىء وكان جون هو الذى عجل من الزواج .. لقد كان دائما يقول لها انه لا يريد أن يطول الامر ، ان كل ما يطلبه هو أن يعيش هو وهى فقط معا تحت سقف واحد .. وكان هذا هو ما حدث فى الشـــهور القليلة الاولى التى لا تستطيع أن تنكر بأنها كانت من أروع الشهور فى حياتها ..

وكانا يعيشان فى الطابق العلوى من منزل قديم يقع وسط حديقـــة غناء كبيرة ، وكانا من نوافذ غرف الطابق يمكن أن يرقبا أعلى الاشجار حيث تغرد الطيور .. وحيث يمكن لها أن تقف هى وجون لينصتا لغناء الطبيعة وتغريدها ..

انها لترقب حيثما اتجهت بعينيها كلمات ساطعة من الضحك وتقول :

« أنا وأنت فقط يا حبيبى »

ولكن أين هذا كله من الحقيقـــة الان وان كانت لاتزال ترى أضواءها ولا تزال تسمع الصـــدى تردده الجدران ..

على أن شيئا لم يكن ليظل فى صورة واحدة متماثلة مهما طال الامد .. ومن الضرورى أن تترك الناس ليشاركوك فى سمائك الخاصة بك .. كان لجون جمع من المعـــارف والاصدقاء .. وهكذا بدءا يتلقيان الدعوات لتناول الشـــاى وللعب البريدج ولحفلات الرقص والمحاضرة وبدءا هما من جانبهما يقيمـــان الحفلات لاستقبال أصدقائهما .. وقد استطاعت انيثا أن تثبت مهارتها فى طهى الطعام ثم أناقتها فى اعداد المنزل .. حتى أن مستر بريتون أحد أساتذة جون عندما كان طالبا لم يتمالك نفسه من أن يشد على يد تلميذه بحرارة وهو يقول :

ــ جميل .. كل شىء جميل .. أنت رجل سعيد الجد . أيهاالعزيز جون ، ان كل نعم الحياة قد توافرت لك ..

ودار جون بوجهه نحو زوجتـــه وقد علت شفتيه ابتسامة ساحرة وللحظة قصيرة كانا كأنهما وحدهما معا .. وأحست أنيثا كأنه يقول لها : « أنا وأنت فقط يا حبيبتى »

وكان مستر بيرتون أيضا هـــو الذى قال :

ــ جون .. متى ستبدأ ثانيـــة لعب التنس ؟ .. انهم يفتقدونك تماما فى المنتدى .

ــ اننى رجل متزوج الآن .. ولا أعتقد أننى أستطيع أن ألعب جادا .. قد أستطيع من وقت لآخر اذا شاءت انيثا أن نلهو معا ولكنى لا أستطيع الاشتراك فى مباريات .

وفى ليلة أخرى قال أحد الناس:

ــ جون . ان النادى الفنى يبحث عن شاب جميل الوجه للقيام بأدوار البطولة .. فما رأيك فى أن تقوم بهذا أنت ؟

وهز جون رأسه :

ــ هذه مسئولية لا أحتملها ثم اننى لاأستطيع أن أترك أنيثاوحدها فى ساعات الليل .

ــ ولكن انيثا نفسهـــا تستطيع الحضور أيضا وقد يمكن أن تنجح كممثلة نجاحها كطاهية وربة منزل .. وسنجد دورا يناسبها .. وعلى أية حال فانها تستطيع القيام بأى عمل وراء الكواليس .

وقد سرت انيثا بهذا الاقتراح ، فانها لتود أن تظل دائما ضـــمن مجموعة مرحة من الاصدقاء ..

وفى ذلك الشتاء قدم النـــادى الفنى للهواء مسرحية وقام جـــون بدور البطولة وعملت انيثا فى شىء مابعد أن تيقنت من أنها لا تصـــلح للتمثيل .. ومع ذلك فقد بقيت هى وجون يعيشان فى ذات الصورة (أنا وانت فقط) ، ففى أحرج ســـاعات التجارب للتمثيل كان جون يحدجها بعينيه فى هذه النظرات الباســـمة التى كانت تسير بها الى دنياهمـــا الخاصة ..وعند مايعودان متاخرين ليلا الى عشهما الصغير كان يغلق الباب خلفه ويحتويها بين ذراعيه ثم يهمس لها فى شفتيها :

ــ لقد أغلقت بيننا وبين الناس يجب أن نعيش أنا وانت فقط .

وعاشا لنفسيهما فقط ، وبحبهما فقط حتى أوشكت جان طفلتهمـــا الاولى على المجىء .. وقد أثارتهمـــا الفكرة .. وكانت انيثا هى التى أخبرت جون بالامر وقد حاول كل منهما أن يبدو شجاعا متزنا وكانت الام الصغيرة تريد ان يجيئها طفل فى جمال ابيه .. وان تسميه جوناثان ولكن جون كان تواقا لان تلد له زوجته طفلة صغيرة وقد حدثها بهذا وهو يضع وجهه بين كفيها فى هذه الصورة التى تسرها وترضيها .

وراحا يقضيان كل لحظـــة من لحظات فراغ جون من عمـــله فى التفكير من أجل الطفـــلة .. حتى جاءت .. فباتت الاسرة الصـــغيرة لاتستطيع أن تترك الضيفة الجديدة لحظة واحدة دون عناية واهتمام .

وجاءت مسز ويلسون التى تقوم بالاخراج فى النـــادى الفنى تطلب جون لمسرحية جديدة .. فاعتذر .. فهو لم يكن يستطيع ترك زوجـــة وحدها .. وهو اليوم لايستطيع أن يترك زوجته وطفلته .. ولـــكن كانت أنيثا هى التى أنقذت الموقف فقد قالت لتوها :

ــ بلا شك يجب أن تذهب ياجون فليس من المستحسن ان تقضى كل لياليك فى جوارى هنا .

وكانت الابتسامة التى منحها لها جون تعتبر مكافاة طيبة ، ســـيما وانها فى ساعات الانتظار هذه كانت تجلس وحدها ولكن الوقت لم يبد طويلا كانت تحيك الثياب للصغيرة أو تغنى بأمرها .. وتعد طعامها . وكانت تغنى بكليتها فى دنيا طفلتها الصغيرة ولهذا كانت الساعات تسير بسرعة دون أن تحس بمرورها .

ولكن كانت هذه الاسابيع صورة مماثلة لطابع سيظل قائما لسنوات قادمة فان جان لن يمكن أن تترك وحدها ، على أن جون كان قد استعاد مكانه فى نادى التنس .. وكما كان يقوم بأدوار البطولة فى النادى الفنى فقد احتل مكان الصدارة فى كـــل مـــكان .. وافسحت له الطريق نظراته الساحرة ووجهه الجميل .

وكان الناس كالعـــادة يقولون للزوجين عند مايزوروهما فى عشهما الصغير .. هلا جئتما لتناول القهوة ولنلهو بعض الوقت بلعب البريدج

ولكن لم يكن هذا مستطاعا .. ولا يمكـــن لانيثـــا ان تترك ابنتها لرعايته فان صديقاتها وجاراتها يواجهن ذات الموقف وذات المشكلة

وبدأت فترة من فترات النقـــاش والجدل حول ذهاب جون الى المنتديات والحفلات وتركها وحيدة مع طفلتها ، وذات مرة قال جون غاضبا :

ــ ماذا تريدين .. لست أرى علة ظاهرة لان يظل كلانا فى المنزل .. بل ولا أعتقد أنه من الممكن ان انفض يدى من كل شىء لسبب واحد هـــو أن لنا طفلة .

ــ ولكنى أنا قد نفضت يدى من كل شىء بسبب هذه الطفلة .

وبدأ جون يبقى فى المنزل مـــع الطفلة احيانا عنـــدما تذهب هى لزيارة صديقة لها أو لمشـــاهدة مسارح الاشباح ، ولكنها فى كل مرة تعود لتجد جان مستيقظة دامعة العين .. وجون نفسه فى حال ضيق وألم .. ثم انها فى الواقع لم تجد السرور الذى تنشده فى الخروج وحدها .

انها تريد أن تخرج للنزهة أو للهو فى رفقة جون كما كانا يفعلان من قبل .. وكما لم يعد فى الامكان أن يفعلا فى المستقبل .

وهكذا استمرت فترة النقـــاش والجدل حتى طالت .. وحتى ضاق بها كلاهما .

ــ اننى لاأعرف ماذا تخافين من ترك الطفلة لمدة ساعتين وحدها ان كل الناس يقولون أن لاخوف من ذلك .

ــ ولكن ماذا يمكن أن يحدث اذا استيقظت الطفلة لتجد نفسها فى ظـــلام دامس وهى تريد جرعة من الماء ؟

ــ لاشىء ..

ــ هذا فى تقديرك أنت . . . ولكن الام التى تحب طفلتها يجب أن تنظر للامر نظرة أخرى .

وهكذا بدأ النقاش يتخذ سبيله لاثارة نفس كل منها .. حتى كانت تلك الليلة التى خرج فيها غاضبـــا وأغلق الباب وراءه بقوة حتى خيل للزوجة الصغيرة أن البناء سيتقوض فوق رأسها .

وذكرت انيثا كل ما مر بها .. وكانت الصور قد سارت أمام عينيها بسرعة حتى خيل اليها أن الصـــور الصامتة التى تجمع قصة حياتهـــا فى شهور قليلة تكاد تصل فى دورانها الى أعوام وأعوام .

ومرت الساعات وفى قرابة منتصف الليل جاء جون .. ولكنه لم يجىء وحده بل جاء معه بعض من الاصدقاء وأسرعت انيثا فاعدت الشاى وأعد بعض الفطائر لانه الهمها فى الصباح أن تصنع بعض الفطائر .

وقد التف الجميع حولها يثنون على طعامها .. ولكنها لم تفكر فى هذا كانت تحدق فى وجه جون وهو يشير لها بطرف عينيه باسما .

وأشارت له بسرعة .. وأعادته بسرعة الى دنياها الخاصـــة التى يعيشان فيها وحدها ، ولكنها تحوى الان معهما جان الطفلة الصغيرة أيضا

وكان انيثا كانت تقول له .. انها تحبه مهما حـــدث .. ثم هى تحب جان أيضا .

وفى تلك اللحظة أسرع جـــون نحوها .. واحتواها بين ذراعيه وراح يقبل شفتيها بعـــد ان أغلق الباب بينهاوبين هؤلاء الزوار الذين شغلوا بالتهام الفطائر .

عن فيراواين جريفس

أين مكان الفتاة فى المعركة

بجانب الرجل ... أو خلفه

ان الاعمال المجيدة التى قامت بها فتاة الجامعة فى ميدان الخدمات الاجتماعية ، فى هذه الآونة العصيبة التى يجتازها الوطن ، قد بهرت أنظار المواطنين جميعا ، كما بلغت مسامع الاحرار فى كل مكان ... فأشادوا بفضلها ، وعلموا أن شعبا كريما هذه فتاته ، لابد أن يصل الى الحرية ، ويحصل على حقه كاملا. ولقد عاشت الفتاة هذا الشهر وسط خلية عامرة بالنشاط والحماس فضحت بالكثير من وقتها ومن جهدها بل بذلت دمها رخيصا فى سبيل رفعة الوطن .. وفى غمرة هذا النشاط وهذا الحماس ، ومضت فى الاذهان اسئلة كثيرة ، كان الزمن وحده هو الكفيل بالاجابة عليها .. ومع ذلك فقد التقينا بالكثيرات منهن ووجهنا اليهن هذا السؤال :

« هل مكان الفتاة فى مقدمة الصفوف أثناء الحرب ، أم أن مكانها خلف الرجل تسانده وتشد أزره ؟ »

وحقا اختلفت الآراء والاجابات .. ولكنهن اجمعن على شىء واحد ، هو استعدادهن للبذل والكفاح لنصرة مصر واعلاء شأنها !

قالت الآنسة زينب عبد الطالبة بكلية الآداب بعين شمس :

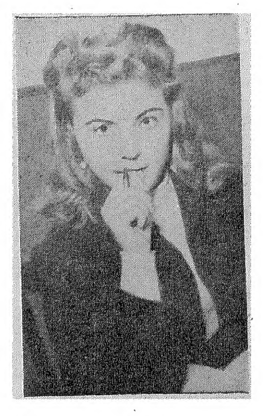
انى لا أتوانى عن التضحية بنفسى فى أى ميدان ، لانى والحمد لله ذات قلب من حديد ، على عكس ما يقال من أن الجنس اللطيف جبان يرهب قصف المدافع وصليل السيوف .. والوطنية تحتم على وعلى جميع بنات جنسى أن تخوض المعارك مع الرجل جنبا الى جنب ، حتى ننال شرف الدفاع عن الوطن ، والذود عن حياضه .

واجابت الآنسة حياة الشندى الطالبة بكلية التجارة :

لقد دلت التجارب على أن الفتاة تمتاز عن الرجل بالحماس الذى يمكنها من الصمود أمام المخاطر ، والتاريخ خير دليل على ذلك ، اذ أن الفتاة اشتركت فى معظم المعارك التاريخية الكبرى ، بل منهن من قادت الجيوش .. فهذه جان دارك التى أشعلت نيران الحماس فى قلوب مواطنيها ، الامر الذى قاد شعبها أخيرا الى النصر ، ورفعها الى مرتبة القديسين .. !

وقالت الآنسة عزيزة عبدالحميد الطالبة بكلية الحقوق بجامعة القاهرة :

اننى لا أنكر أن المرأة أقل شجاعة من الرجل ، نظرا لطبيعة تكوينها العاطفى والجسمى ، وهذا كثيرا ما يشعرها بالنقص ، لذلك



ممدوحة فوزى

هى تحاول اذا ما رمت بها المقادير الى أتون الحرب ، أن تسد هذا النقص ، لتظهر أمام الرجل بأنها ليست أقل شأنا منه ، ومن هنا يتضح لنا سبب اندفاعها فى مواقف يحجم عنها الرجل ذاته . وهذا هو ما يجعلنى أطالب بافساح المجال أمام المرأة فى ميادين القتال

وقالت الآنسة بهيجة ابراهيم عبد الطالبة بالمعهد العالى للتربية :

ان الفتاة التى اقتحمت جميع الميادين التى كانت مقصورة على الرجل ، لقادرة على أن تخدم فى أى جبهة ، سواء فى الخطوط الامامية أو خلف الخطوط ، ما دامت قادرة على حمل السلاح ، ومدركة للخطر الذى تقدم عليه . فاذا ما طلب منا تقدم الصفوف ، قمنا بهذا العمل عن رضى وطيب خاطر ، لاننا لسنا أقل وطنية أو أقل شجاعة من فتيات الدول المعادية لنا ، فقد سمعنا أن منهن من كانت تقود الدبابات فى الحرب العالمية الاخيرة .

وتقول الآنسة نادية على ابراهيم حسن الطالبة بحقوق عين شمس :

ان الفتاة مكانها وراء أسوار المعركة ، حيث تقوم بتضميد جراح المرضى ومواساتهم ، واعداد اللوازم الضرورية للابطال فى الميدان ، وذلك لا ينقص من قدر الفتاة لان عملها هذا ليس أقل خطرا من مواجهة العدو ، فالرجل فى حاجة الى المعاونة ، والمرأة تكون متفرغة لهذه المعاونة .

وتؤيدها فى هذا الرأى الآنسة نهيد نصر الطالبة بالحقوق فتقول :

ان المرأة بطبيعتها ضعيفة تخشى منظر الفار ، فما بالك بدوى القنابل وأزيز الطائرات ! اذن مكانها الطبيعى خلف الرجل تواسى الجرحى وتعد الاطعمة وتعبىء الملابس والاغطية .. وذلك لا يعنى أن تحرم المرأة من التدرب على حمل السلاح ، حتى تستعمله عندما يحيق بها الخطر !

وتتساءل الآنسة وفاء السيد سالم الطالبة بكلية الآداب قائلة :

وأين مكان الرجل اذن ؟ اذا قلنا أنه يعمل فى الصفوف الخلفية بينما المرأة تعمل فى الصفوف الامامية .. فان فى ذلك عارا وأى عار .. واذا قلنا أن كلا الجنسين جنبا الى جنب على خط النار .. فمن اذن الذى سيعتنى بالمرضى والعجزة والمسنين والاطفال ؟ اننا يجب أن نسلم بوجوب بقاء المرأة خارج ميادين القتال .. حتى اذا احتاج الامر ، تقدمت لتأخذ دورها .

وتقول الآنسة نبيلة فؤاد الطالبة بكلية الحقوق :

ان فتاة القرن العشرين التى انتصرت فى مختلف الميادين ، لا يهمها أن تعمل فى أى مكان ، لان الدافع الوطنى فوق كل شىء ... فأى عمل يتطلب منها القيام به ، يجب ألا تتوانى عن تنفيذه .

واجابت الآنسة ممدوحة فوزى الطالبة بحقوق القاهرة :

هذه الاعمال التى قد تتبادر الى ذهنك ، ليست هى كل مقومات الحروب ، اذ أن الحروب تحتاج الى أشياء أخرى ، العامل الاساسى فيها هو المكر والخديعة .. وهذان يتوفران فى المرأة بشكل ملحوظ ،

بهى الدين عبد المنعم



حياة شندى — عزيزة عبد الحميد — نادية على ابراهيم — وفاء سالم



نحو جامعة افضل

ان مكان الفتاة الجامعية الآن فى المعسكرات .. تحمل السلاح وتتعلم التمريض والاسعاف .. ان الفتاة التى تجلس فى البيت اليوم تتخلف عن نداء الوطنية .. اننا نريد أن تشعر كل فتاة فى هذا الوطن بواجباتها ومسئولياتها .. نريد أن تعرف أن من واجبها فى المعركة الدفاع عن أمها وأبيها الكهل واختها الطفلة .. نريد أن تعرف أن من واجبها الذود عن الارض التى أنبتتها وكونتها وصهرتها وجعلتها شابة قوية يانعة متفتحة ..

لقد أتيحت للفتاة الجامعية فرصة للتعلم والتثقف ومعرفة قضايا بلادها .. هذه الفرصة التى لم تتح للكثيرات من فتيات مصر .. فعليها أن تكون فى طليعة الصفوف

سمير عبد القادر

(طبعت بدار القاهرة للطباعة)